9 III 38 CENA 30 GR

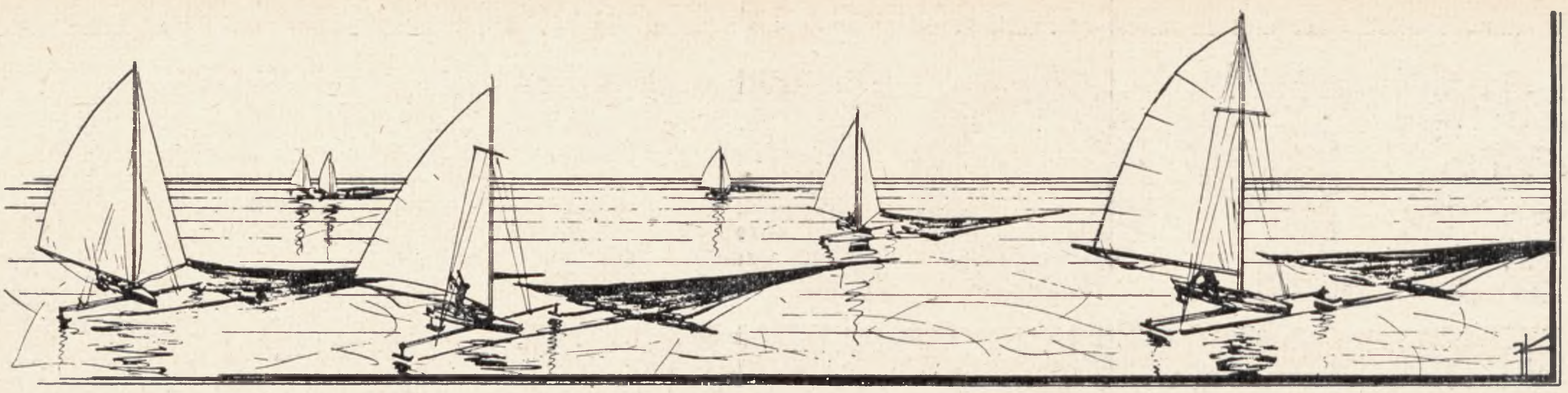
SPORT POLSKI

ROK II TYGODNIK Nr 10

WSPANIAŁY SKOK



W NUMERZE:



RÓWNOWAGA

Żaden gmach nie będzie stał mocno, solidnie na swoich czterech ścianach, jeśli cegły nie będą dobrze spojone, mury ściśle utrzymane w pionie, ciężar równomiernie rozmieszczony, jeśli, jednym słowem, myśli i pracy budowniczego nie przewodziły równowaga i harmonia.

Zasada niezłomna, że tylko równowaga i harmonia zapewnić mogą siłę i piękno — znajduje wyraz tak w dziełach rąk ludzkich, jak również w ich pierwowzorze — tworach natury. Potwierdzają ją zarówno mikroskopijne wieloboki kryształków, jak obliczony pęd dalekich słońc...

Nie tylko jednak do martwego tworzywa odnosi się, nie tylko światem materialnym rządzi prawo harmonii. Trwałą wartość, poważną wagę gatunkową posiadać mogą tylko takie wytwory myśli, uczucia, nawet wyobraźni, które opierają się na mocnym fundamencie, które się nie chwieją przy byle wietrze, przy byle wahaniu mody, przy byle zachciance przypadku.

Tak tu, jak i tam — solidna baza równowagi i harmonii, mocne powiązanie z całym układem kosmicznego gmachu stanowi warunek nieodzowny trwałego bytu.

W świetle tych przesłanek natury poniekąd filozoficznej — specjalnego znaczenia nabierają dla nas pewne poglądy i słowa, wypowiedziane na ostatnim plenarnym posiedzeniu Rady Naukowej Wychowania Fizycznego. Wyrażenia i słowa, głoszące właśnie o konieczności zachowania równowagi pomiędzy kulturą umysłową a cielesną.

Gen. Dr Stanisław Rouppert, wice-przewodniczący Rady, w trakcie swego jakże interesującego referatu wskazał na przykład sąsiadów, którzy uznali, że „trzeba najpierw uczynić człowieka zdrowym, a potem meblować mu głowę", by po chwili dojść do przekonania, że tam znaleziono odpowiednią formułę dla zapewnienia równowagi pomiędzy duchem a ciałem. podczas gdy u nas — ściśle biorąc w naszych szkołach — tej równowagi nie ma, a troska o kulturę fizyczną została całkowicie przygnieciona przez monstrualnie przerośnięty i napęczniały program „intelektualny", którego forsowanie doprowadza do tego, że szkoły wypuszczają... półinteligentów.

Dla każdego prawdziwie myślącego, a nie zaślepionego tym czy innym fanatyzmem człowieka jest zupełnie zrozumiałe, że mózg osadzony w chorym, bezsilnym ciele, mózg soków odżywczych pozbawiony — będzie zawsze chory i bezsilny, nawet jeżeli chorzy, nienormalni ludzie będą się go starali zakwalifikować do kategorii genialnych. Prawdziwi, niezaprzeczeni geniusze, głoszący zdrową radość, głoszący dobro i piękno, tacy jak Goethe, Beethoven, Leonardo — byli fizycznie wspaniale rozwinięci, odznaczali się siłą atletyczną...

Nie tylko jednak szkoła, nie tylko jednak wszelakiego autoramentu pracownicy mózgu powinni ku równowadze dążyć i o harmonijny rozwój się troszczyć. Obowiązek ten w nie mniejszym stopniu spada na tego, kto sprawność ciała na pierwszym wśród swych celów i zainteresowań postawił miejscu, kto jej w pierwszym rzędzie służy.

Jak myśl zdrowa wyrastać może tylko na glebie kulturą fizyczną użyźnionej, tak również i — przyznajmy — w stopniu jeszcze większym — tylko mięsień kierowany jasnym umysłem i szlachetnym duchem — dobrą może robić robotę.

Dlatego, nie sposób sobie wyobrazić klubu sportowego, chcącego swemu przeznaczeniu w pełni odpowiedzieć, który by obok troski o boisko, salę, trenera, lekarza, o punkty i rekordy — nie wykazywał dbałości o rozwój życia towarzyskiego i kulturalnego, nie zachęcał swoich młodych członków do usilnej pracy nad „meblowaniem głowy", nie powtarzał im, tak skorym do przesady i do pomieszania pojęć, że sport jest tylko środkiem do osiągnięcia idealnej równowagi i harmonii pomiędzy duchem, a jego sługą ciałem.

W. J.

SPORTOWCA OBOWIĄZUJE PUNKTUALNOŚĆ! — NIE ZALEGAJ WIĘC Z PRENUMERATĄ!

ZADANIA PRASY SPORTOWEJ

REFERAT WYGŁOSZONY NA KONFERENCJI W ZW. POLSK. ZW. SPORT.

Chcąc zastanowić się nad rolą i zadaniami prasy sportowej, musimy te zagadnienia ulokować na właściwym tle, a więc sprecyzować najpierw, jakie miejsce w życiu społecznym przeznaczamy w ogóle prasie.

Wydaje się nie ulegać wątpliwości, że prasa, w ogólnym ujęciu — to najpewniejszy i najszybszy środek, pozwalający podzielić się wiadomościami, myślami i uczuciami z jak największą ilością ludzi. Tak jest biorąc ze stanowiska **piszącego,** co w praktyce oznacza — ze stanowiska tej grupy, której poglądy wyraża dany autor. Ze stanowiska **czytającego,** organ prasowy — to narzędzie, pozwalające dowiedzieć się o faktach i o opiniach co do tych faktów osób, które uważamy za kompetentne do oceny, wzgl. których zdanie nas z tych czy innych względów interesuje. Psychologiczną prawdą jest przy tym, że **przeciętny czytelnik najczęściej szuka w prasie takiego oświetlenia, które by potwierdzało i uzbrajało w nowe argumenty jego własne stanowisko.**

Wychodząc z tych ogólnych założeń, możemy stwierdzić, że prasa służy do rozpowszechniania informacyj i poglądów, przy czym rozróżniać można dwa wypadki: albo dany organ szerzy poglądy niezgodne z zapatrywaniami szerokiego ogółu, albo też wyraża zapatrywania z nimi zgodne. W pierwszym wypadku znajdujemy się w obliczu pisma **ideowego,** wydawanego przez to lub inne ugrupowanie polityczne, gospodarcze, klasowe itp. które za pośrednictwem swojej, prawie zawsze deficytowej prasy stara się zyskać dla siebie zwolenników, do drugiej kategorii należą pisma, nie służące wyższym celom tej czy innnej grupy, a mające na względzie jedynie **interes handlowy,** będące przedsiębiorstwami zarobkowymi. Wtedy skłaniają się z reguły do podchlebiania opinii większości, starają się **dawać to, czego szuka czytelnik.** Niesposób z tego czynić zarzut. To jest życie.

Na tym tle zarysowuje się dość wyraźnie sytuacja prasy sportowej. Zadaniem jej jest informowanie o przejawach życia sportowego i ocena ich z punktu widzenia takiego czy innego stanowiska. O prasie tak zwanej „bezpartyjnej", prasie absolutnie objektywnej nawet w tak mało politycznej dziedzinie, jaką jest sport, mówić w praktyce jest niesposób. Nawet gdy się ograniczyć li tylko do suchych informacyj, sam już ich dobór i samo ich ułożenie według przypisywanego znaczenia będą z natury rzeczy **zajęciem pewnego w stosunku do nich stanowiska.** Weźmy przykład. Pismo A podaje na czele swej rubryki sportowej, tłustym drukiem i ze szczegółami wiadomość, że pewien piłkarz czy bokser prawdopodobnie zmieni barwy klubowe, co w taki czy inny sposób zaważy na szansach do zdobycia pucharu, a w drobnych informacjach wieść o śmierci Coubertina. Pismo B natomiast daje na czele obszerny życiorys barona de Coubertin z fotografią, a w drobnych informacjach dwa wiersze o spodziewanym transferze. Już jesteśmy o nastawieniu idowym, o podejściu do spraw sportowych obu tych pism całkowicie zorientowani.

W obecnych stosunkach polskich, jednym z najpierwszych zadań jest niewątpliwie prowadzenie **ogólnej propagandy na rzecz kultury fizycznej** we wszystkich jej formach. Ilość ludzi, dbających o swą sprawność cielesną, jest u nas jeszcze bardzo mała. Praca pionierska, praca apostolska musi być jeszcze kontynuowana z niesłabnącą energią. Ubolewać więc należy, że w naszych pismach codziennych tak rzadko ukazują się artykuły typu propagandowego, zjednywujące czynnych adeptów dla kultury fizycznej, podczas gdy dla głosów przeciwników sportu miejsce się jakoś zawsze znajdzie. Sprawozdawcy sportowi pism codziennych muszą się starać wyjść **poza ramy swych fachowych rubryk,** które czytają przeważnie tylko ludzie już dla sportu zdobyci, muszą z ostatniej strony gazety od czasu do czasu wędrować w kierunku strony pierwszej.

W samej zaś rubryce sportowej, skoro przyjmujemy, że niesposób być tylko informatorem, skoro przyjmiemy, że być tylko informatorem nawet nie należy, gdyż trzeba także wychowywać, przekonywać, trzeba wnosić jakiś element konstruktywny, trzeba jednym słowem, **popularyzować wśród masy czytelników poglądy ideowej elity** — w samej rubryce sportowej codziennego pisma nie wolno ograniczać się do podawania jedynie kto i którą nogą kopnął, ile było na ile, ale trzeba omówić także, jak było, dlaczego tak i dlaczego nie, i jak powinno było być. Unikanie wynurzeń ideowych jest w skutkach swoich krzewieniem bezideowości. Z tą bezideowością, z czysto rozrywkowym, albo nawet czasem czysto handlowym traktowaniem sportu prowadzi się walkę. Prasa musi przyjść kierownictwu sportu z sukursem.

Zachodzi tu pytanie, które w ostatnich czasach niestety coraz częściej musi być stawiane: jak się dziennikarz sportowy ma ustosunkować do wydarzeń sport kompromitujących, do zjawisk ujemnych. Czy ma piętnować, wołać na alarm, czy ma przemilczeć, czy ma tuszować?

Oczywiście, stojąc na gruncie formalnym, można powiedzieć, że wolno i należy pisać wszystko, co jest prawdą. Lecz jest i druga strona zagadnienia: **czy warto pisać?** Czy jaskrawe podkreślanie pewnych zjawisk i wypadków leży w interesie rozwoju sportu, czy też nie? Zanim chwycić za pióro, należy sobie to zasadnicze pytanie zadać. Trzeba umieć ocenić wagę pisanego słowa, wagę istotnie **olbrzymią** — i jasno zdać sobie sprawę, co się w wyniku ostatecznym osiągnie i jakim kosztem. W takiej Anglii, gdzie sport już nie potrzebuje reklamy, gdzie ideały sportowe przesiąknęły głęboko duszę każdego obywatela, sytuacja jest inna, niż u nas. Tam można pisać absolutnie wszystko **bez szkody dla dobrego imienia, dla autorytetu samego sportu.** U nas jest dotąd inaczej i u nas obowiązuje niezwykła ostrożność.

Nie oznacza to wszakże, by organizacje sportowe, władze sportowe te lub inne stawały się tabu.

Organizacje sportowe są nieraz skłonne do uważania krytyk, albo nawet zwykłych, prawdziwych informacyj — za działanie na szkodę sportu. Drogą pewnego **pomieszania pojęć** identyfikują swoje interesy z interesem kultury fizycznej. Tak więc ostatnio pewiem klub uznał za złośliwe działanie na szkodę, gdy pewne pismo podało istotny skład drużyny zagranicznej, mającej się z jego drużyną spotkać. Brakowało w nim pewnej gwiazdy, którą klub reklamował w afiszach, a która rzeczywiście była nieobecna. Klub uważał, że zatajenie prawdy było moralnym obowiązkiem dziennikarza i wyciągnął w stosuku do niego konsekwencje. Jest to oczywiście stanowisko absurdalne: pismo ma **obowiązek uczciwego informowania czytelników,** nie można od niego żądać, by dopomagało nieuczciwej reklamie, która właśnie jest dla interesów ogólnych sportu szkodliwa. Interes materialny klubu i interes sportu — to są czasem dwie rzeczy diametralnie przeciwległe. Prasa sportowa ma prawo i obowiązek takiemu traktowaniu przeciwdziałać.

Ś. P.

Marceli Seweryn

ŚLÓSARCZYK

kpt. W. P. Członek Rady Nadzorczej sp. wyd. „KULTURA FIZYCZNA", zmarł dnia 2 marca 1938 roku.

CZEŚĆ JEGO PAMIĘCI!

Zarząd i Rada Nadzorcza sp. wyd. „KULTURA FIZYCZNA"
Redakcje „WYCHOWANIA FIZYCZNEGO", „SPORTU POLSKIEGO",
„SPORTU SZKOLNEGO"

Krytykować rzeczowo, proponując równocześnie coś wzamian za rzecz skrytykowaną, należy, trzeba, powinno się — i **nikt tego prawa prasie nie odbierze.** Lecz co innego jest robienie sensacji, jest triumfalne demonstrowanie braków i błędów, jest celowe wyciąganie na plan pierwszy różnych brudów, w takiej formie, iż przypuszczać by można, że to czynią nie sympatycy, a najzacieklejsi wrogowie ruchu sportowego. Wezmę znów przykład konkretny. Tak zwana sprawa paryska. Robienie około niej szumu absolutnie nic nie wnosiło, absolutnie nic nie dawało, do żadnego kroku naprzód nie pobudzało. Było robieniem sensacji dla sensacji. Nie wchodzę w to, czy informacje podawane w prasie odpowiadały prawdzie. Osobiście sądzę, że tak. Lecz rozdmuchiwanie epizodu było zgoła niepotrzebne. Dawało w rezultacie **tylko deficyt.**

Poza tym, dziennikarze powinni zgodzić się z tym, że mówienie na cały głos, to znaczy za pomocą słowa pisanego, **nie jest jedyną dostępną im drogą wypowiadania się.** Dziennikarz spełni czasem lepiej swe społeczne zadanie, jeśli pewne fakty poda do wiadomości jedynie władz sportowych, miast je koniecznie ogłaszać urbi et orbi, swoim i obcym, sojusznikom i nieprzyjacielowi.

Prasa sportowa ma jeszcze jedno niezmiernie ważne zadanie. Mianowicie — popularyzowanie najświeższych zdobyczy technicznych, taktycznych, organizacyjnych, informowanie o tym, co się dzieje w tym względzie zagranicą, jednym słowem współpraca z tym, co nazwać by można nauką o sporcie. Trener, instruktor, ba nawet książka, zawsze dość droga — nie mogą dotrzeć wszędzie. Jakiś nowy styl w skoku, jakaś nowa metoda ustawienia graczy, jakiś nowy przyrząd treningowy, prędzej się przyjmą, prędziej zaczną wpływać na podniesienie poziomu wyników, jeśli o ich istnieniu zainteresowani dowiedzą się z prasy. Taka wiadomość, umieszczona w piśmie, **przyniesie więcej korzyści, niż wieść o tym lub owym wyniku cyfrowym.**

Reasumując, możemy stwierdzić, że w rubryce sportowej pisma codziennego — a pismo fachowe będzie jej pogłębionym rozszerzeniem — znaleźć się winny: artykuły propagandowo-ideowe oraz artykuły informacyjne o zdobyczach technicznych, dalej informacje o życiu organizacyjnym w kraju i zagranicą, wreszcie sprawozdania z wydarzeń sportowych, nacechowane **troską o wpływ wychowawczy.**

Tak nakreśliwszy zadania prasy sportowej, zastanówmy się, czy rzeczywistość bliska jest naszym pragnieniom i zastanówmy się czy są i jakie sposoby poprawy stanu istniejącego. Stawiam od razu to drugie pytanie, gdyż odpowiedź na pierwsze jest jasna. Niewątpliwie, przeciętny poziom naszego dziennikarstwa sportowego jest niski. Szczególnie na prowincji. Podczas jednej z konferencji prasowych, jakie prowadziłem z ramienia PUWF i PW, w chwili, kiedy zaproponowałem, że w komunikatach prasowych zwracać będziemy uwagę dziennikarzy na aktualne tematy, powiedziano mi wręcz: podanie tematu nie wystarczy, bo my nie potrafimy sami cokolwiek napisać. Przysyłajcie gotowy artykuł. Jedynym narzędziem pracy większości referentów sportowych pism prowincjonalnych są nożyczki, używane w dodatku dość bezkrytycznie. Trudno bowiem wymagać czegoś od dziennikarza, który nigdy **sam sportu nie uprawiał,** głębiej się nim nie interesował, który dział ten, w redakcjach mało szanowany, prowadzi jako **zajęcie dodatkowe,** obok „kradzieży i wypadków" czy tam „przestępstw i niedoli".

Gdyby był przestrzegany zwyczaj, że **dział sportowy zlecić można tylko członkowi Związku Dziennikarzy Sportowych,** sytuacja byłaby lepsza. Jednak i Związek przy przyjmowaniu członków nie wymaga większych kwalifikacji fachowych. Roczny okres próbny, kiedy kandydat jest teoretycznie pod obserwacją i ma się wykazać swymi wiadomościami, jest poza stolicą i największymi miastami praktycznie fikcją, gdyż go nikt nie kontroluje. Należało by wymagać albo osobistej przeszłości zawodniczej, albo jakichś studiów fachowych, w każdym razie utrudnić dostęp do Związku i do redakcji osobom do tego nie przygotowanym.

Chciałem jednak od razu zwrócić uwagę, że ujemnego stanu rzeczy niesposób tłomaczyć jedynie, albo nawet w głównej mierze niskim poziomem dziennikarstwa sportowego. Stwierdzam, że **mamy dużo dziennikarzy, którzy się na rzeczy doskonale znają,** którzy istotne zadania i potrzeby doskonale rozumieją, którzy by prowadzili działalność jak najpożyteczniejszą, gdyby **interesy wydawnictwa** nie wymagały od nich czego innego. Na prowadzenie polityki, dyktowanej jedynie przez rozum, przez ideę, może sobie pozwolić tylko pismo, które nie dba o liczbę prenumeratorów, które nie interesuje się tym, czy czytelnikowi podchlebia, czy też mu pośrednio stawia ciężkie zarzuty. Pismo, które chce żyć, że tak powiem, z tego co zarobi, nie może zachować linii idealnej. Musi się liczyć z potrzebami, z zainteresowaniami, z zachciankami rynku. Znów dam przykład. Pewne pismo krakowskie krytykuje z zasady i wydawniczego interesu wszystko, co pochodzi od władz warszawskich; w ostatnich czasach umieszczało ono w dziale sportowym artykuły, aż wręcz nieprzyzwoite, a po tej właśnie linii idące, po linii „huzia na Warszawę". W danym wypadku ofiarą była pływalnia w CIWF; mogło być z takim samym powodzeniem co innego,byle made in Warsaw.

Podobnie, na rubryce sportowej odbijają się tendencje polityczne. Nikt nie uwierzy, by głośne w swoim czasie wystąpienie na temat nadużyć przy nadawaniu POS podyktowane były troską o dobro sprawy. Punktem atakowanym był w rzeczywistości Urząd Wojewódzki w Katowicach. Podobnie rzecz się miała, gdy pewne pismo warszawskie umieściło skandalicznie nieścisłą relację z przebiegu konferencji prasowej w Komitecie Olimpijskim.

Referent sportowy pisma codziennego nie jest samowładnym panem na swym maleńkim podwórku, wiele rzeczy **narzuca mu redaktor naczelny lub wydawca,** któremu o interes sportu absolutnie nie chodzi. Dlatego, na wydawców i redaktorów naczelnych, przynajmniej pism subsydjowanych, należało by wywrzeć nacisk.

I jeszcze jedna rzecz. Wtedy tylko świat sportowy będzie miał prawo dużo wymagać od prasy, kiedy ją będzie **odpowiednio podtrzymywał,** kiedy jej da niezbędną masę czytelników, **chcących czytać co innego, niż puste sensacje.** Trzeba także, by się zmienił stosunek działaczy sportowych do dziennikarzy. Gdy się ich uważa za wrogów, za dokuczliwych natrętów, za szpiegów, za przedstawicieli niższej kasty — trudno żądać, by oceny ich rozbrzmiewały superlatywami. Gdy się chce, a chce się bardzo często i bardzo gwałtownie pomocy prasy — trzeba z nią **lojalnie współpracować, trzeba jej iść na rękę.**

Przystępuję do konkretnych wniosków. By podniosła się wartość naszej prasy sportowej, by mogła ona należycie spełniać swe zadania, trzeba:

a) by dostęp do pracy dziennikarskiej w tym dziale był **utrudniony dla niepowołanych,**

b) by w rubrykach pism codziennych więcej uwagi zwrócono na **propagandę i na czynnik wychowawczy,**

c) by w prasie specjalnej ukazało się więcej artykułów treści **wyszkoleniowej i technicznej,**

d) by krytyka prasowa nie nosiła charakteru **destrukcyjnego,**

e) by świat sportowy więcej się interesował prasą fachową i **popierał ją prenumeratą,** pozwalając jej tym uzyskać większą niezależność od wydawców,

f) by stosunki wzajemne pomiędzy prasą a organizacjami sportowymi oparte były na platformie **wzajemnego poszanowania i rzetelnej współpracy.**

Jak to uzyskać?

a) **zaostrzenie warunków przyjęcia do Zw. Dz. Sport.** przez wymaganie większych kwalifikacyj nie tylko natury literackiej, lecz i fachowo-sportowej.

b) jako warunek równoległy, wręcz niezbędny: **wybitne uprzywilejowanie członków Związku,** a utrudnianie życia osobom niezrzeszonym w związku, niekompetentnym, które by chciały prowadzić rubryki sportowe.

c) **konferencje z redaktorami naczelnymi i wydawcami,** narazie przynajmniej pism zależnych od rządu, mające na celu skłonić ich do wymagania mniej sensacyjnego, a bardziej wychowawczego kierunku rubryki sportowej. Przykład kilku większych pism podziałał by silnie na wszystkie inne.

d) **prowadzenie akcji wśród fachowców** z różnych działów sportu, by częściej zabierali głos na łamach prasy fachowej, w kwestiach organizacyjnych i technicznych. Gdy ci, którzy się najlepiej znają, odmawiają — trudno się dziwić, że prasa radzi sobie jak może — i że pojawiają się w druku elaboraty nie stojące na poziomie. Niezawodnie mamy w Polsce wielu znawców, którzy by mieli dużo do powiedzenia, tylko że siedzą oni w ukryciu, zachowując swą wiedzę tylko dla siebie.

Ponieważ ostatnio mnożą się zatargi, wywołane **obopólnym niezrozumieniem swych praw i obowiązków** przez organizacje sportowe i przez prasę, a wobec uporu obu stron drobne nieporozumienia urastają niepotrzebnie do wymiarów zasadniczych, prestiżowych konfliktów, było by może wskazane, dla zlokalizowania i szybszej likwidacji tych sporów, wprowadzić metodę **arbitrażu lokalnego.** Komisja, złożona z kierownika okr. urzędu WF. i PW, prezesa zainteresowanego okręgowego związku sportowego i prezesa miejscowego oddziału Zw. Dzien. Sport., mogłaby w 99 wypadkach na 100 od razu kwestię rostrzygnąć i załatwić. Poza tym sądzę, że było by pożytecznym dokładne sprecyzowanie przez ZZ, w porozumieniu ze Zw. Dz. Sport. drogą specjalnego okólnika, właściwych form stosunków między organizacjami sportowymi a prasą.

Wiktor Junosza.

O JUTRO NARCIARSTWA NIZINNEGO W POLSCE



Fragment z marszu szlakiem II Brygady.

Sprawa narciarstwa nizinnego omawiana była już w szeregu czasopism niejednokrotnie, ale trzeba otwarcie powiedzieć, że w naszej rzeczywistości jeszcze nie raz trzeba będzie do tego zagadnienia powrócić, nie raz dyskutować i normować pewne związane z nim sprawy. Rok bieżący dla sprawy tej zapisał się **więcej niż dodatnio,** ale trudno powiedzieć, że wystarczająco. W bilansowaniu zagadnienia poruszę nast. punkty:

1. Narciarstwo górskie czy nizinne? 2. Marsz narciarski Zułów—Wilno i Mistrzostwa FIS w Lahti. 3. Trener fiński p. Vartiainen. 4. Kursy narciarstwa nizinnego w przyszłym sezonie. 5. Domowy wyrób nart. 6. Smary narciarskie.

Zagadnienie — narciarstwo górskie czy nizinne — jest właściwie rozstrzygnięte. Warunki państwowo-geograficzne jasno podkreślają, że zagadnienie to musi być traktowane w dwu płaszczyznach. Okolice podgórskie winny uprawiać narciarstwo górskie zjazdowe, a okolice nizinne narciarstwo nizinne. Narciarstwo górskie uprawiane przez mieszkańców okolic nizinnych należy wyłącznie traktować jako imprezy prywatne, oparte na pewnym podłożu **rozrywkowym,** wypoczynkowym lub hedonistycznym. Natomiast z punktu widzenia **użyteczności i racji państwowej** zagadnienie narciarstwa musi być bezwzględnie rozdzielone na nizinne i górskie.

Przecież przynajmniej śmiesznym wydaje się, że np. Warszawski Okręg Narciarski urządza swoje mistrzostwa zjazdowe **w Zakopanem** (19 i 20 marca na Hali Chochołowskiej). Kto może być do nich przygotowany, kto ma pieniądze na tak daleki przejazd i kilkudniowe utrzymanie? Ilu więc w rezultacie zawodników będzie startowało i spośród kogo będą się rekrutować? A równocześnie od kilku tygodni leży śnieg w Warszawie ale **nikt tu nie biega i nikt nie trenuje** — no bo przecież do mistrzostw **zjazdowych** jest to niepotrzebne. Ogół społeczeństwa, jak dotychczas, mówiąc o nartach ma na myśli wyłącznie narciarstwo górskie, uważając przy tym narciarstwo nizinne za coś gorszego, za sport, który nie daje ani tych emocji, ani korzyści turystyczno-rozrywkowych, jakie daje narciarstwo górskie. Czy twierdzenia te i sądy są słuszne, nie mogą o tym decydować ci, którzy nigdy narciarstwa nizinnego nie usiłowali nawet poznać. W każdym razie narciarstwo nizinne ma w sobie pewne cechy, które z powodzeniem mogą rywalizować z „narkotykiem zjazdowym" narciarstwa górskiego. Do najpoważniejszych należy **wyrobienie zdolności do wysiłku,** które można wykorzystać albo do biegów zawodniczych albo do turystyki nizinnej. Zazwyczaj przeciętny narciarz górski nie zdaje sobie sprawy z tego, że dokonuje na nartach wielkiego wysiłku, bo cała jego świadomość skierowana jest i zajęta przeżyciem zjazdu. W narciarstwie nizinnym przeżycia zjazdów nie są ani tak silne, ani tak liczne. Zastąpią je jednak przeżycia związane z wykonanym wysiłkiem. W narciarstwie nizinnym narciarz widzi jak w miarę nabywania umiejętności, proporcjonalnie do wzrastającej sprawności organizmu i sprawności ruchowej wzrasta zdolność wykonywania kilkunastokilometrowych marszów bez większego zmęczenia w ciągu 2—3 godzin. Wzrastająca zdolność marszowa stwarza wielkie możliwości turystyczne dla starszych narciarzy, a zawodnicze dla narciarzy młodszych.

O stopniowej zmianie nastawienia, a równocześnie o tym, jak popularne u nas może być narciarstwo nizinne, najlepiej świadczy tegoroczny **marsz narciarski Zułów—Wilno.** Udział 520 zawodników, w czym zaledwie nieliczna garstka narciarzy górskich, a reszta przede wszystkim narciarze okolic nizinnych, wśród których tak wielką liczbę stanowiła młodzież, jest dowodem, że idea propagandy narciarskich biegów nizinnych, jako imprezy oddzielnej od zawodów górskich, w pełni u nas **dojrzała.** Tegoroczny marsz Zułów—Wilno, jak również nie-

spotykany w dziejach narciarskich mistrzostw FIS **sukces Finów,** dowodzą niezbicie, że w roku przyszłym sprawę narciarstwa nizinnego na terenie PZN należy potraktować **oddzielnie** od narciarstwa górskiego. Staje się koniecznym stworzenie oddzielnych **mistrzostw Polski nizinnych,** na klasycznych dystansach 4 × 10, 18, 30 i 50 klm. Marsz Zułów—Wilno jako impreza patriotyczna mógłby być pięknym zakończeniem nizinnych mistrzostw Polski.

Bezpośrednio z tym zagadnieniem łączy się sprawa propagandy narciarstwa nizinnego drogą **kursów narciarskich.** W roku bieżącym sprowadzenie Fina p. Vartiainena dało nieoczekiwane rezultaty. Przede wszystkim przybył do nas dyplomowany instruktor w. f. Człowiek, w krwi którego tkwi chęć nauczenia innych tego co sam umie. Jeżeli dodamy do tego osobiste walory p. Vartiainena, jako instruktora i pedagoga, to łatwo zrozumiemy, że wyniki jego pracy **daleko odbiegły od tego co dotychczas wnieśli i zrobili jego poprzednicy.** W pracy swojej p. Vartiainen zabrał się do nauki z wielkim znawstwem i zapałem. Umiał doskonale podkreślić różnice w ruchach, umiał wykazać błędy i przeciwskazania i miał wiele zapału i ofiarności, tak, że naprawdę nauczył wielu fińskich tajemnic biegowych.

Na kursie w Wygodzie przekonaliśmy się, że nizinna technika biegowa fińska jest **absolutnie inna, niż technika biegowa nasza** (podana w kalendarzu narciarskim PZN). (Szczegółowe sprawozdanie odnośnie zagadnień technicznych podałem w mies. „Wychowanie Fizyczne" nr 6 r. 1938). W tej dziedzinie Finowie poszli daleko naprzód i trzeba będzie kilku lat pracy, byśmy tą nową technikę rozpowszechnili tak jak obecnie obowiązującą, która już teraz okazała się **przestarzała.**

Z tego też powodu widzę konieczność utrzymania rozpoczętej pracy na instruktorskich kursach. Myślę, że włożone przez PUWF i PW pieniądze wrócą się stokrotnie jedynie w tym wypadku, jeżeli rozpoczętą w roku bieżącym pracę techniczną poprowadzi w następnym roku nie kto inny, a właśnie nadal p. Vartiainen. Mnie się zdaje, że w tym wszystkim, co słyszeliśmy o fińskiej skrytości i co o nich jesteśmy skłonni sądzić z ich zachowania się na boisku, to p. Vartiainen jest człowiekiem wyjątkowym, dla uczniów swoich nie mającym żadnych tajemnic.

Organizując kursy narciarstwa nizinnego należało by potraktować je w dwu płaszczyznach, ściśle ze sobą połączonych, to jest w płaszczyźnie **propagandy i zawodniczego podejścia.** Jeżeli chodziło by o propagandowe podejście, to sądzę, że najlepiej było by na kursy instruktorskie powoływać przede wszystkim



Vartiainen.

młodszych nauczycieli szkół powszechnych. Równocześnie z nimi z tych samych miejscowości i okręgów powoływać młodych 17, 18, 19 i 20 letnich chłopców, którzy by na kursie nie tylko ćwiczyli technikę, ale też i częściowo uprawiali biegowe treningi. Gdyby teraz w terenie zespolić pracę tych dwu jednostek pod kierownictwem nauczyciela, to moglibyśmy zagadnienie nasze ruszyć **od podstaw,** obejmując dziatwę szkolną, młodzież dorastającą i starszych. Zdaje mi się, że ogół nauczycielstwa przyjąłby tę sprawę bardzo korzystnie, bo opierając się na tym, że przecież nauczyciel na wsi jest promotorem wszelkich niemal poczynań gromady wiejskiej, dało by mu Państwo pomoc fachową w jego ciężkiej pracy.

Instruktorskie kursy narciarskie powinny być połączone z **domowym wyrobem nart.** Pomijając już, że na kursie takim jest wiele wolnego czasu i nie ma co z nim zrobić, sprawa domowego wyrobu nart jest konieczną potrzebą. Jak pomoc w tym kierunku jest potrzebna, to niech za dowody posłużą przykłady, że chłopcy wiejscy robią sobie narty z klepek beczkowych, z obręczy do przetaków lub prostych deseczek, przywiązując to wszystko drutem lub sznurkiem do łapcia lub bucika. Gdyby więc nauczyć ich robić narty domowym wyrobem, a pomóc im np. przez „Fundusz rozdawnictwa nart" zaofiarowaniem chociażby najtańszych wiązań, to sprawa popularyzacji narciarstwa ruszyła by znacznie naprzód.

Bardzo trudna i smutna jest sprawa **smarów narciarskich.** Niestety narciarstwo nizinne bez należytego użycia smarów traci wiele ze swej wartości. Jeżeli chodzi o nasze smary, to są one niezłe. Wadą ich jest, że są zbyt uniwersalne a przez to na niektórych śniegach zawodzą; w sumie możnaby się nimi obchodzić, gdyby nie to, że są za **drogie.** Wydanie 80 gr czy 1 złotego na smary na Kresach Wschodnich jest kwotą tak wielką, że tylko nieliczni narciarze mogą sobie na nią pozwolić. Na razie niestety nie widzę tu jakiegoś radykalniejszego rozwiązania poza obniżką ceny przez wytwórców i **masowe zakupy** przez powiatowych Komendantów PW i WF, którzy by potem bez żadnych zarobków odsprzedawali je poszczególnym organizacjom.

Mówiąc o smarach było by wskazane, ażeby nasi wytwórcy obok swoich nazw numerowali smary. Ułatwiło by to znacznie korzystanie ze smarów narciarzom mniej wprawnym w smarowaniu, bowiem można by wtedy wypracować tablice i wydać je przez PUWF i PW lub przez Związek Narciarski, jak to jest np. w Finlandii.

Jan Skład.

MIĘDZY NOWYMI A DAWNYMI LATY

Narciarski **„spór o metodę”** zatacza w Polsce coraz szersze kręgi i coraz częściej odzywają się protesty przeciw zbyt bezkrytycznemu stosowaniu nowości w technice zjazdowej. Jest to typowy zatarg między starymi i młodymi, ale pełne zrozumienie jego treści i znaczenia możliwe jest dopiero wtedy, gdy rozpatrujemy go pod kątem widzenia stosunku narciarstwa sportowego do turystyki narciarskiej. Młodzi to przede wszystkim — **sportowcy,** których ideałem jest pęd, podczas gdy obrońcy starej szkoły to głównie **turyści,** dla których narty są miłym sposobem lokomocji turystycznej w zimie. Oczywiście, rozróżnienie to jest przejaskrawione; w rzeczywistości nie ma tak ostrego przeciwstawienia dwóch grup, ani wartości sportowe i turystyczne narciarstwa bynajmniej się nawzajem nie wykluczają. Posiada to jednak zasadnicze znaczenie, gdyż ułatwia ujęcie i zrozumienie zagadnienia.

Nowoczesna technika równoległej jazdy zamachowej jest techniką par excellence szybką. Powstała ona na drodze obserwacji, oraz zdjęć foto- i kinematograficznych asów narciarstwa zjazdowego, takich, jak Seelos czy Allais podczas wielkich zawodów w konkurencjach alpejskich. Z konieczności terenem doświadczeń był tu śnieg ubity i zjeżdżony, na którym zazwyczaj odbywają się wszelkie biegi zjazdowe i slalomowe. Przeszczepiona na popularne tereny, zwiedzane dzięki kolejkom przez tysiączne rzesze narciarzy, gdzie panują analogiczne warunki śnieżne, dała nowa metoda doskonałe rezultaty także na szerszej płaszczyźnie masowego ruchu narciarskiego.

Lecz równocześnie turyści i początkujący wystąpili z licznymi zarzutami. Nowa technika jazdy nie uwzględnia bowiem w pełni ich potrzeb — jest **zbyt jednostronna.**

A więc przyjrzyjmy się, co się dzieje, gdy usiłujemy uzyskać **pur sang krystianię równoległą** w głębokim śniegu, który przecie jest najbardziej naturalną odmianą „białego żywiołu”, przez przerzucenie ciężaru ciała ku przodowi (Vorlage) i rotacyjny zamach ramion.

Zaczynamy od przedmachu do stoku, dzięki któremu przechodzimy do pozycji mniej lub więcej poprzecznego ześlizgu. Przy tym piętka narty dolnej ma naturalną tendencję do oślizgiwania się w dół, przez co wytwarza się nieco zbieżne ustawienie nart (zachowujemy wychylenie w przód, gdy natomiast mamy wychylenie w tył, jest przeciwnie — powstaje pozycja nożycowa). Następnie unosimy się w górę i wychylamy silniej ku przodowi, co powoduje tzw. „obciążenie dziobów nart”. Lecz najważniejsze opory czołowe narty występują na wygięciu i brzegach dziobów, oraz wygięciu i brzegach piętek. Przy przesunięciu prostopadłej od środka ciężkości naszego ciała na przód wzrasta nacisk na dzioby, a co za tym idzie, wzrasta i opór doznawany przez dzioby w ruchu przez śnieg. Z piętkami rzecz ma się przeciwnie. Zwiększony opór powoduje zmniejszenie się szybkości dziobów, podczas gdy piętki z podobnego powodu zaczynają biec szybciej, co stwarza u nich tendencję odśrodkową. Rezultatem jest pozycja płużna! Nadto, dolna narta napotyka w ruchu odśrodkowym piętki na mniejszy opór od narty górnej, skutkiem czego pozycja ta jest zbliżona do zatrzymania się początkiem łuku do stoku. Tymczasem zamierzamy skręt od stoku. Trzecią fazą ruchu jest zamach ramion od stoku i ugięcie kolan. Silny zamach ramion (a dla uzyskania zmiany kierunku w głębokim śniegu trzeba silnego zamachu) stwarza duży moment obrotu w górnej części ciała, podczas gdy przedzierające się przez głęboki śnieg narty nie mogą za nią nadążyć, zwłaszcza, że mają naturalną tendencję do bardzo niekorzystnego ustawienia, które było by dobrym wstępem do skrętu w górę, lecz nie w dół. Skutkiem tego jest prawie pewny upadek. I w istocie, któż nie widział niewątpliwych mistrzów Kasprowego Wierchu, jak „sypali się” co parę metrów w cudownym, krystalicznym puchu, skoro tylko niebacznie opuścili ubity szlak?



Bronisław Czech.

Opisane powyżej zjawisko, dzięki względnej znikomości oporów czołowych na ubitym śniegu, występuje na nim jedynie szczątkowo, lecz wystarczy, by na twardej powierzchni leżało 2 cm świeżego śniegu, a staje się całkiem wyraźne i już na pierwszy rzut oka dostrzegalne. Natomiast w głębokim śniegu czyni krystianię równoległą nie tylko przedsięwzięciem trudnym, lecz nade wszystko — niecelowym. Gdy chodzi o właściwy śnieg, gdzie toczony łuk posiada bardzo znaczny promień, a praca ramion jest minimalna, sprawa nie przedstawia się tak źle, a lekko zbieżne ustawienie nart nie uniemożliwia ewolucji. Lecz przy krystianii krótkopromieniowej, a w górach nie zawsze można jeździć śmigami, staje się ona nader poważna i jedynym wyjściem z sytuacji jest zaczęcie od pozycji nożycowej, a zatem **świadomie nierównoległej.**

I wreszcie, moiście wy wyścigowcy, łatwo wam kręcić ramionami i „całym ciałem” („mit ganzem Körper” — a jakże!), gdy ma się u pasa 200-gramowy chlebaczek, ale co zrobić, gdy zalega nam plecy **20-kilogramowy wór z zapasami na 5 dni?** Wierzcie mi, że krystiania oporowa, a nawet zwykły, że tak powiem, „ordynarny” łuk, są tu o wiele celowsze, a gdy uwzględnimy upadki — także szybsze.

Tyle w imieniu turystów. Ale i **początkujący** mają tu coś do powiedzenia i to też w ściśle turystycznym sensie.

Otóż prawdą jest niewątpliwą, że przy nowoczesnej metodzie nauczania prędzej wyrabia się **prawidłowa postawa,** jest ona bowiem sama przez się narzucającą się koniecznością, poddaniu się której nic nie stoi na przeszkodzie. Natomiast przy dawnej technice kolejnych obciążeń raz jednej, raz drugiej narty i stosowania oporów, „sztywne nogi” mają szanse przeżycia do bar-

dzo późnego „wieku narciarskiego". Z drugiej jednak strony taki biedny początkujący uczy się tej krystianii równoległej, uczy się i nauczyć nie może — nie dla tego, broń Boże, by była jakoś szczególnie trudna, lecz dlatego, że wymaga od niego **przełamania obawy przed pędem,** na co tylko niewielu potrafi się zdobyć. Tymczasem zaś jest w terenie zupełnie bezradny. Natomiast przy dawnej metodzie nauczania, dobrze opanowany łuk, którego przyswojenie sobie nie wymaga zbytniej odwagi ani długiego okresu czasu, dawał mu możność pewnego, choć niezbyt eleganckiego poruszania się **w każdych warunkach.** A co zrobić z tymi tysiącami początkujących, którzy mogą poświęcić narciarstwu zaledwie kilka dni rocznie? Rwą się na wycieczkę, chcą ruchu, przestrzeni, a tymczasem każą im tłuc na boisku przez cały czas urlopu przeklęty ześlizg i jeździć po fałdach terenowych.

Na zakończenie wypada także wspomnieć o często spotykanym zarzucie, że technika oporowa jest niebezpieczna, a większość uszkodzeń cielesnych wiąże się ściśle z pozycją płużną. Otóż, jeżeli chodzi o „kantowanie", stanowi ono istotnie niekorzystny nawyk i źródło przykrych upadków, których można by łatwo uniknąć przez **płaskie prowadzenie nart.** Poza tym statystyki zdają się wykazywać, że większość nieszczęśliwych wypadków następuje przy jeździe oporowej. Lecz, jak słusznie zauważył pewien Francuz, większość nieszczęśliwych wypadków zdarza się wśród początkujących, a statystyki te pochodzą z lat, gdy wszyscy początkujący jeździli techniką oporową, nie wiadomo zaś, jak to będzie, gdy ci początkujący zaczną „śmigać śmigami".

Celem tego artykułu nie jest bynajmniej zwalczanie, bardzo dobrze obmyślanej, zunifikowanej metody nauczania narciarstwa, którą wprowadził ostatnio Polski Związek Narciarski, w pełni świadomy tych zarzutów, lecz wskazanie na niebezpieczeństwo **bezkrytycznego a pochopnego przyjmowania „nowinek"** i zbłądzenia na manowce mody, oraz zwrócenie nauczycielom narciarstwa uwagi na pewne strony zagadnienia, o których, być może, sami nigdy nie myśleli. Postęp jest rzeczą piękną i ważną, ale i **stare doświadczenie ma swoją wartość,** o której nie należy zapominać.

W. A. Firsoff

MASAŻ SPORTOWY

Masaż sportowy powinien być **nieodłączną częścią treningu** każdego sportowca, a przede wszystkim zmuszonego do intensywnych wysiłków (biegacze, piłkarze, kolarze, bokserzy). Masaż nie tylko wpłynąć może na wynik podczas zawodów, lecz jest i tym czynnikiem, który pozwala na utrzymanie trwałej formy. Jeżeli u nas z potrzeby stosowania masażu nie wszyscy jeszcze sobie zdają sprawę, to **nie ma zagranicą poważniejszego kluby sportowego, który by nie posiadał własnego masażysty** i gabinetu do masażu.



Lokajski w rękach masażysty.

Wpływ masażu na organizm człowieka jest bardzo wszechstronny; nawet masaż lokalny nie pozostaje bez wpływu na **cały** organizm. Zależnie od sposobu masowania, takiego czy innego chwytu, możemy wywoływać różne efekty.

Największy wpływ wywiera masaż oczywiście na mięśnie i krwioobieg, jednak, aby naświetlić całokształt wpływów, zacznę po kolei od skóry.

I. Wpływ masażu na skórę:

1) masaż drogą mechaniczną **usuwa obumarłe części skóry,** wpływając przez to na lepsze oddychanie skóry;

2) masaż rozszerzając naczynia skórne, **pobudza krążenie krwi i zwiększa ciepłotę** miejsca masowanego. Tego rodzaju rozgrzanie się przed startem ma ogromne znaczenie, szczególnie w dni zimowe. Jak wiemy, zimno nie tylko **zwęża naczynia krwionośne skóry,** lecz i naczynia głębiej leżące. Zwężone naczynia krwionośne utrudniają dopływ krwi, mięśnie słabo odpowiadają na świadome bodźce nerwowe. Ich zdolność do pracy jest zmniejszona.

Pobudzone masażem obwodowe zakończenia nerwów, drogą odruchową oddziaływują na **cały system nerwowy,** wpływając na rozmieszczenie krwi w całym ustroju.

II. Wpływ masażu na mięśnie.

1) Mięśnie masowane stają się wydajniejsze w pracy i bardziej **wytrzymałe.** Dotyczy to zarówno mięśni znużonych, jak i wypoczętych;

2) masaż o wiele prędzej wpływa na wypoczynek. **5 min. masaż daje więcej, aniżeli 20 min. wypoczynek;**

3) wydajność w pracy mięśnia wymasowanego wzrasta **3—7 razy** w stosunku do wydajności przed zmęczeniem i masażem.

Zasadniczą cechą czynnościową mięśnia jest jego **pobudliwość,** tzn. zdolność reagowania skurczem na podniety. Mechaniczna podnieta, jaką jest masaż, będzie skracała mięśnie niezależnie od udziału nerwów. Podczas pracy sportowej, gdy w mięśniach nagromadzone są produkty przemiany materii, wywołujące znużenie, mięsień przestanie reagować skurczem na najsilniejsze podniety, pochodzące z ośrodków nerwowych. Dopiero po odpowiednim wypoczynku, po usunięciu przez krew produktów, wywołujących zmęczenie, mięsień odzyskuje zdolność do pracy. Masaż **skraca czas wypoczynku,** dzięki zwiększonemu krwiobiegowi, przyspieszonej dostawie tlenu i produktów odżywczych.

III. Wpływ masażu na stawy, ścięgna i wiązadła.

Bardzo często podczas pracy sportowej niektóre stawy,

dzięki ograniczonym ruchom, tracą swą normalną ruchomość. W tych wypadkach można zauważyć **ściągnięcie się** torebki stawowej, jej zgrubienie i lekkie obrzęki. Dotyczy to przede wszystkim stawów biodrowego, beczkowego i skokowego. Masaż nadaje stawom normalną ruchomość.

IV. Wpływ masażu na krwioobieg i krążenie limfatyczne.

Masaż ułatwia odpływ krwi żylnej i limfy. Zwiększone krążenie lokalne w mięśniu masowanym, przyśpiesza również krążenie na dalszych odcinkach. Masaż zatem **ułatwia pracę serca,** większa ilość krwi jest wyrzucana w krwioobieg — mięsień jest lepiej zaopatrzony w odżywienie i tlen.

V. Wpływ masażu na system nerwowy.

Masaż oddziaływując na obwodowe zakończenia nerwów — przez nie oddziaływuje na centralny system nerwowy. Ten czy inny sposób masowania może wywoływać różny efekt — jedne chwyty **pobudzają,** drugie **uspakajają.** Znajomość odpowiednich chwytów może mieć duże praktyczne znaczenie.

W masażu sportowym rozróżniamy **2 metody — fińską i szwedzką.** Różnią się one od siebie przede wszystkim **kolejnością** masowania poszczególnych części ciała i sposobem (chwytami) masowania. Poza tym Szwedzi uznają tylko masaż na gołą skórę, wówczas gdy Finowie bardzo często robią masaż przez bieliznę.

Kolejność masażu fińskiego:

Masowany leży na grzbiecie, masaż rozpoczyna się od kończyn dolnych — stopy, staw skokowy, podudzie (przednia część i łydka), kolano, udo, staw biodrowy. Po wymasowaniu obu kończyn dolnych, przechodzi się do masażu kończyn górnych. Najpierw dłoń, przedramię, ramię, barki i w końcu klatka piersiowa.

Teraz masowany przewraca się na brzuch—masuje się znów tylną stronę kończyn dolnych, — stopa, łydka, udo, pośladki (po wymasowaniu lewego uda, masuje się prawy pośladek i odwrotnie), dalej grzbiet, obręcz barkową i szyję. Masowany jeszcze raz powraca do leżenia tyłem i w końcu masuje się żołądek (przy kończynach dolnych ugiętych).

Podczas masażu na gołe ciało stosuje się płynne środki ułatwiające ślizg ręki masażysty. Finowie, w przeciwieństwie do Szwedów, nie stosują do masażu talku. Najlepszym płynem do masażu jest **przemyta w gotowanej wodzie waselina.**

Po rozpuszczeniu w wodzie gotującej się waseliny, po pewnym czasie po roztopieniu się, zbiera się ona na powierzchni wody, gdzie zastyga, po czym łatwo możemy ją zebrać.

Masaż na gołe ciało odbywa się drogą **głaskania i rozcierania.** Tego rodzaju masaż jest bardzo skuteczny. Stosuje się go **po** wyczerpujących startach (w dzień lub dwa), i w wypadkach, gdy mięśnie intensywnym treningiem są stwardniałe. Po doprowadzeniu mięśni do pewnej formy, stosuje się masaż **przez bieliznę.** Przy masażu przez bieliznę stosuje się przede wszystkim **ugniatanie.** Masaż przez bieliznę powinien być stosowany **przed zawodami.**

Masaż treningowy stosuje się 3—4 razy tygodniowo przy treningu 5—6 razy tygodniowo. Na 1 masaż na gołe ciało — 2 masaże przez bieliznę. Czas trwania masażu 45—60 min. Masaż treningowy stosuje się w 15—20 min. po treningu, przed prysznicem lub łaźnią.

Masaż pobudzający stosuje się bezpośrednio po rozgrzewce przed startem.

Masaż uspakajający stosuje się po wysiłkach wyczerpujących, lub między jednym i drugim startem (np. w biegach kolarskich). Jest bardzo lekki.

Wreszcie masaż stosuje się przy **uszkodzeniach** sportowych.

Zależnie od celu, każdorazowo stosować będziemy inne chwyty. O nich następnym razem. **Stanisław Petkiewicz.**

DROGA DO DORÓWNANIA TYCZKARZOM AMERYKAŃSKIM

Poziom polskich tyczkarzy nie jest wysoki. Poza Sznajdrem — jednym z najlepszych skoczków Europy — nie posiadamy zawodników najwyższej klasy. Przecież granica „międzynarodowa" rozpoczyna się od 4 metrów, a wynik taki uzyskuje jedynie Sznajder, którego rekord wynosi 4,14.

Morończyk, Klemczak, Mucha to zawodnicy, którzy niejeden szturm przypuścili na czterometrową wysokość, na razie jednak bezskutecznie.

Inni — chociaż stanowią również niekiedy pierwszorzędny materiał — muszą jeszcze mocno popracować, ażeby przedstawić jakąś wartość na arenie międzynarodowej.

Przeciętny poziom pierwszej dziesiątki tyczkarzy jest, obok młociarzy, najmizerniejszym punktem naszej lekkiej atletyki.

Gdzie szukać przyczyn takiego stanu rzeczy?

Może w tym, że tyczka to najtrudniejsza konkurencja lekkoatletyczna, wymagająca długiej i wytrwałej pracy. Nie szybko przecież dochodzi się tu do wyniku, gdyż **obok wszechstronnie przygotowanego i wyćwiczonego organizmu, obok wyrobienia akrobatycznego w gimnastyce wolnej i przyrządowej, obok wielkiej szybkości i skoczności potrzeba cierpliwej, systematycznej pracy** — rozłożonej nawet na lata całe.

Norweg Hoff — długoletni rekordzista świata w skoku o tyczce z wynikiem 4,25 (nieoficjalnie 4,35), któremu amerykanie zawdzięczają dzisiejszy swój fantastyczny poziom, gdyż on był ich nauczycielem (choć odwdzięczyli mu się dożywotnią dyskwalifikacją), nim zabrał się do skoku o tyczce — przez siedem długich lat uprawiał wiele gałęzi sportowych, a szczególnie gimnastykę, — dla **ogólnego wzmocnienia organizmu.**

Na tym najważniejszym podłożu — wszechstronnego wyrobienia — budował przyszłe wielkie wyniki, dochodząc do rezultatów, które kwalifikowały go na najlepszego lekkoatletę świata.

My często **zbyt wcześnie specjalizujemy się** i bezmyślnie gonimy, spieszymy się z uzyskiwaniem rekordów. Niecierpli-



Skacze Sznajder...

wimy się, załamujemy bezradnie ręce i zrażamy się, rezygnujemy, gdy po kilkunastu, czy kilkudziesięciu treningach nie możemy zaimponować wynikami.

Praca i jeszcze raz **praca** oraz silna i **nieugięta** wola — oto naczelne dewizy powodzenia.

Nieraz bowiem — właśnie w tyczce, gdzie nie trudno o kontuzję, trzeba przezwyciężać samego siebie.

Ale przecież kto jak kto — ale tyczkarz, który nosi nie bez słuszności miano najwszechstronniejszego lekkoatlety — musi umieć przezwyciężać wszelkie trudności, ażeby dojść do upragnionego celu.

Innym ważnym czynnikiem odgrywającym wielką rolę na drodze do sukcesów jest praca **przemyślana.**

Niektórzy zawodnicy trenują nawet bardzo pilnie, a jednak nigdy nie wybijają się ponad przeciętny poziom. Zbyt mało zastanawiają się nad tym, co i jak czynią.

Myśleć i przemyśleć każdy swój krok, rozważyć ważniejsze postulaty techniczne, oparte przecież zawsze na prawach fizyki, to wszystko — krok naprzód, krok do postępu.

Czy naprawdę dużo jest takich sportowców, którzy zdają sobie sprawę z tego, **jak** wykonują poszczególne ruchy i **dlaczego** tak wykonują, a nie inaczej?

Przetrawienie zasadniczych rzeczy z teorii ruchu, praw mechaniki — musi mieć swoje miejsce w pracy sportowej. Długie miesiące zimowe są najlepszym do tego celu okresem.

Hoff zajmował się zagadnieniami technicznymi zwykle przed udaniem się na spoczynek. Wegner i nasz „żelazny" Adamczak opowiadają, że żyli w okresie opanowywania stylu w jakiejś „psychozie tyczkarskiej". Całe ich nastawienie psychiczne — które zdziałać może bardzo dużo i które umożliwia niejednym zawodnikom również uzyskiwanie wyników „przewyższających" ich samych — skierowane było na poszczególne elementy, fazy i **idealny** skok (jako całość), do opanowania którego koniecznie chcieli dojść.

Skok o tyczce jest konkurencją wybitnie techniczną. Chcąc uzyskiwać wyniki — trzeba **wypracować** poszczególne fazy i skakać możliwie przez **cały rok.** Jedno rzuca się w oczy. Murzyni — rozporządzający wspaniałą szybkością i posiadający mistrzów sprintu oraz skoków w dal i wzwyż, nie posiadają ani jednego tyczkarza — nawet o przeciętnym poziomie. Czyżby i tu — w tej skomplikowanej konkurencji technicznej — objawiała się pewna wyższość rasy białej — **wyższość intelektualna?**

Jeżeli chodzi **o technikę skoku,** to najczęściej grzeszą tyczkarze przez nieopanowanie rozbiegu i popełniają zasadnicze błędy przy wsuwaniu tyczki do dołka, gdzie zazwyczaj następuje pewne **zahamowanie płynności ruchu.** Wprawdzie z maksymalnej szybkości bardzo trudno jest wsunąć tyczkę i odbić się należycie tak, ażeby ruch był jak najbardziej skoordynowany i celowy, ale w tym tkwi wielka tajemnica powodzenia.

Na dobieg i wsunięcie tyczki należy w czasie treningu położyć bardzo wielki nacisk. Na bieżni lub na trawie czy w hali biegać z tyką jak najczęściej — możliwie codziennie. Taki sposób treningu zalecają Amerykanie, mogący w Kalifornii lub dzięki dobrze wyposażonym halom — trenować przez cały rok. U nas wielu tyczkarzy ma z powodu zimy zbyt długą przerwę w treningu. Bardzo mało posiadamy hal, w których można by w zimie trenować lub stawać do zawodów w tej konkurencji.

To jest jedną z przyczyn niemożności dorównania Amerykanom, którzy obok tego, że przez 12 miesięcy (z krótkimi przerwami wypoczynkowymi) mogą skakać o tyczce, wprowadzają konkurencję tę **do wszystkich imprez** lekkoatletycznych, zarówno największych jak i najmniejszych, tak letnich jak i zimowych.

Nie jest też dziełem przypadku, że dwaj najwięksi tyczkarze, którzy uzyskali wynik 4,54 (Sefton i Meadows) rekrutują się ze studentów kalifornijskich, posiadających doskonałe warunki klimatyczne oraz wspaniałe urządzenia do uprawiania sportu.

Ale powracamy do techniki skoku. Po silnym odbiciu się— następuje „wahadło". Skoczek zwisa swobodnie na tyczce na ramionach lekko ugiętych. W czasie tego wahadła, kolana winny być wzniesione na wysokość uchwytu tyczki (przy czym nogi mogą być ugięte w kolanach). Jest to jedna z najważniejszych faz skoku. Wszystkim skoczkom polecamy wypracowanie tego ruchu (mówi się o krótkim wahadle), który z pewnością znacznie poprawi wyniki tyczkarzy.

Kiedy kolana w czasie wahadła doszły do dłoni (uchwytu na tyczce), następuje gwałtowne wduszenie tyczki w dół. Mówi się — niesłusznie — o „skurczu" ramion. Skoczek w rzeczywistości wdusza tyczkę w dół, przez co wykonuje obrót i przychodzi **barkami do tyczki,** co umożliwia mu późniejszy całkowity wyprost ramion do podporu i uzyskanie w ten sposób wysokości o pół metra wyższej (a nawet i więcej) od uchwytu dłoni na tyczce. W czasie tego silnego i bardzo szybkiego ruchu — wduszenia tyczki w dół — następuje równocześnie **wyprost nóg** ugiętych w kolanie i ich wyrzut w górę, przez co skoczek formalnie wylatuje na znaczną wysokość.

I jeszcze jedna sprawa: przed odrzuceniem tyczki należy oderwać **wpierw rękę dolną,** a następnie dopiero górną.

Oto w kilku słowach najważniejsze momenty techniczne.

„Star"

JAK GRAJĄ SZWAJCARZY?

W niedzielę 13 b. m. rozpocznie reprezentacja piłkarska Polski oficjalnie swój sezon **meczem międzypaństwowym ze Szwajcarią w Zurychu.**

Jakie są widoki w Szwajcarii — oto pytanie, które emocjonuje szerokie rzesze polskich sportowców, mających żywo w pamięci sukcesy ubiegłego sezonu.

Proroctwa są w sporcie rzeczą wysoce niewdzięczną. Szczególnie, gdy chodzi o futbol, grę zespołową, uzależnioną od tak wielu najróżnorodniejszych czynników! Nie mamy też zamiaru zasiąść na pytyjskim trójnogu i pokusić się o **stawianie horoskopów.** Postaramy się jedynie na podstawie realnych przesłanek wypośrodkować **możliwości,** otwierające się na terenie Zurychu.

Trudność przeprowadzenia rzeczowej analizy szans tkwi przede wszystkim w zupełnym braku mierników porównawczych. Piłkarstwo polskie nie utrzymuje kontaktu z drużynami szwajcarskimi, a mecz niedzielny będzie pierwszym oficjalnym zetknięciu się reprezentacji obu krajów. Oprzeć można by się więc tylko na metodzie porównawczej. Ale i w tym wypadku wyłaniają się poważne przeszkody, wynikające z izolacji, w jakiej żyje nasz futbol, którego stosunki międzynarodowe w ostatnich latach uległy poważnej redukcji i dziś są prawie żadne.

Tym właśnie różnimy się zasadniczo od naszego niedzielnego przeciwnika. Szwajcaria bierze **bardzo żywy udział** w życiu międzynarodowym, posiada szeroko rozbudowany program gier międzypaństwowych, uczestniczy w rozgrywkach o tzw. puchar Europy i dopiero w ub. roku wycofała się z turniejów o puchar Europy Środkowej. Poza tym drużyny szwajcarskie wykorzystują każdą okazję i w dnie wolne od mistrzostw i gier pucharowych sprowadzają zagraniczne zespoły. Korzystne położenie geograficzne ułatwia naturalnie forsowanie tego rodzaju zdrowej i ożywczej polityki, która wywarła decydujący wpływ na rozwój i postępy szwajcarskiego piłkarstwa.

W ciągu ostatnich 32 lat rozegrała reprezentacja Helwecji 160 spotkań międzypaństwowych, a jeśli bilans ich przedstawia się pod każdym względem negatywnie, to li tylko dlatego, że na liście przeciwników znajdują się wszystkie najpoważniejsze

potencje futbolowe z Anglią na czele! Helweci nie mieli zresztą powodów żałować tych intymnych stosunków z zagranicą. Dzięki nim bowiem postawili piłkarstwo swe na **trwałych solidnych podstawach** i wywalczyli sobie respekt wśród obcych.

Punktem kulminacyjnym był bezsprzecznie rok 1924. Na olimpiadzie paryskiej zdobyła Szwajcaria **mistrzostwo Europy,** przegrywając w finale z Urugwajem 0:3. Od tej pory linia zaczęła zwolna opadać. Wprawdzie na mistrzostwach świata w r. 1934 we Włoszech pokazali Szwajcarzy znów swe pazurki bijąc nieoczekiwanie rozstawioną Holandię i przegrywając skromnie 2:3 z późniejszym finalistą Czechosłowacją, jednak symptomy upadku stawały się coraz wyraźniejsze i doprowadziły w rezultacie do chaosu, którego wyrazem było gwałtowne szukanie jakiegoś uschematyzowanego systemu, który położyłby wreszcie kres dalszemu cofaniu się. Naturalnie środek ten nie wiele pomógł! Wada tkwiła w czym innym, a to w **kurczowym trzymaniu się nazwisk** i starych gwiazd, w braku kierowniczej ręki. Toteż dopiero **odważne odmłodzenie drużyny** sprowadziło wyraźny zwrot.

W roku ubiegłym Szwajcaria uzyskała wprawdzie na 10 spotkań tylko jedno zwycięstwo z Belgią 3:2, jednak w bilansie tym znajdujemy rezultaty, będące zapowiedzią lepszego jutra. W maju Niemcy tylko przy wielkiej dozie szczęścia uzyskały w Zurychu zwycięstwo 1:0, na jesieni „wielka” Italia musiała się zadowolić wynikiem remisowym 2:2, przy czym Szwajcarzy grali niemal przez 80 procent meczu w dziesiątkę. Wycieczka do Budapesztu przyniosła wprawdzie klęskę, ale i w tym wypadku więcej pochwał dostało się pokonanym, niż zwycięzcom. Szowinistyczna prasa węgierska nie wahała się stwierdzić, że wynik był tylko dziełem przypadku.

Żywo mamy w pamięci pierwszy występ Szwajcarów w roku bieżącym. Działo się to przed kilkoma tygodniami w Kolonii. Niemcy nauczeni zeszłorocznym doświadczeniem wyruszyli w pole ze wszystkimi asami. W skrytości ducha gotowano się na nowy wielki triumf, a w rezultacie... 80-tysięczna widownia odetchnęła z ulgą, gdy rozległ się gwizdek sędziego, zwiastujący, że mecz rewanżowy zakończył się remisem 1:1. **Szwajcaria prowadziła przez trzy ćwierci spotkania** i dopiero mistrzowski strzał Szepana uchronił Niemców przed klęską. Wynik koloński był potwierdzeniem umacniającej się coraz bardziej tezy, że piłkarze helweccy przekroczyli szczęśliwie punkt krytyczny i znów są na najlepszej drodze ku szczytom.

Dziś, w obliczu spotkania w Zurychu, dobrze jest zdać sobie z tego sprawę, by uchronić się przed ewentualnym rozczarowaniem i nie stawiać wygórowanych żądań.

Dobrze jest też pamiętać, że piłkarze szwajcarscy bez względu na chwilową formę techniczną umieli zawsze zdobyć się na **olbrzymią energię, ambicję i zapał.** Grę ich zarówno w okresie najlepszym jak i najgorszym cechowała siła i ostrość. Nigdy nie należeli do przeciwników łatwych a tym mniej — przyjemnych. Wiedzą o tym doskonale drużyny środkowo-europejskie, toteż bardzo niechętnie ruszają w bój przeciw zespołom szwajcarskim, z którymi trzeba walczyć z maksymalnym napięciem, gdyż łatwo o kompromitację lub utratę... pewnego już niemal zwycięstwa!

Szanse w spotkaniu ze Szwajcarią mieć mogą zatem tylko drużyny **o najlepszej kondycji i o bardzo poważnych umiejętnościach z dziedziny techniki i taktyki!** Dlatego też reprezentacji Polski, wyjeżdżającej nawet w najlepszej formie, dawalibyśmy co najwyżej 50 procent szans, a w obecnych warunkach ewentualny wynik remisowy uznalibyśmy bez wahania za **korzystny** i wiele obiecujący.

Siłą Helwetów jest ich wyśmienita defensywa. Minelli i Lehmann, to obrońcy najlepszej kontynentalnej klasy. Szybcy, zdecydowani, energiczni, nie dopuszczają przeciwnika w ogóle do strzału. Na obrońcach tych dwukrotnie wyszczerbił sobie kły szybki i zwinny napad niemiecki, nie dały im rady przemyślne finty genialnego Włocha Pioli, toteż napastnicy polscy mogą osiągnąć jakiś efekt tylko szybką, precyzyjną, **pozbawioną egoizmu współpracą.** W bramce Szwajcarii znajdzie się Bizzerro lub Huber. Obaj doskonale uzupełniają defensywę i znają się na ciężkiej swej sztuce.

Pomoc szwajcarska nie trzyma się szablonu. Vernatti na środku wie, że chcąc wygrać trzeba atakować, pamięta jednak również i o tym, że gdy napór przeciwnika jest bardzo silny nie ma sensu pchać się zbytnio do przodu i zostawiać bramkę na łasce boskiej. Grę jego i bocznych kolegów cechuje wielka elastyczność. Dzięki temu atakujący przeciwnik natrafia na polu szwajcarskim na silnie zmontowany blok, w którym trudno znaleźć lukę i który trudno sforsować siłą.

Atak stanowi najmniej ustabilizowaną część drużyny. Tłómaczy się to tym, że praca twórcza jest jednak trudniejsza od destrukcji. Szybkością, zapałem, a nawet dobrą techniką nie wiele się zdziała, jeśli brak iskry geniuszu, który z martwego materiału tworzy arcydzieło. Takiej genialnej jednostki w szeregach napastników szwajcarskich dotychczas **nie widać.** Jest to więc piątka dobrych, solidnych wyrobników, których efekt pracy zależy w znacznym stopniu od kontrakcji, na jaką natkną się po przeciwnej stronie.

Gdy piszemy słowa te, nie znamy jeszcze składu naszej reprezentacji! Utrudnia to naturalnie w wysokim stopniu przeprowadzenie pewnych wniosków i ustalenie możliwości. Znając jednak materiał, jaki w tej chwili stoi do dyspozycji kapitana sportowego, mamy poważne powody zapatrywać się **bardzo wstrzemięźliwie** na nasze szanse w Zurychu. Równocześnie jednak chcielibyśmy już teraz stwierdzić, że ewentualny ujemny wynik nie powinien wpłynąć na ocenę dalszych widoków naszych piłkarzy. Pamiętać bowiem należy, że wciąż jeszcze znajdujemy się w **początkowej fazie sezonu,** że ani jeden z naszych graczy nie doszedł jeszcze do pełnej formy, toteż nie będzie w stanie popisać się w Zurychu swoimi najwyższymi możliwościami.

Observer

SŁUCHAJCIE RADIA!

Komitet Kultury Fizycznej przy Dyrekcji „Polskiego Radia” zwraca się do wszystkich czytelników „Sportu Polskiego” z prośbą o wypowiedzenie się:

a) **czy nadawane obecnie audycje z dziedziny w. f. i sportu są ich zdaniem interesujące,** przy czym należy brać pod uwagę: 1) dobór tematów, 2) nastawienie ideowe, 3) formę literacką, 4) sposób wygłaszania, 5) porę nadawania, 6) czas trwania, 7) częstość nadawania;

b) **jakiego rodzaju audycje nie objęte dotychczasowym programem należało by wprowadzić.**

W interesie wszystkich radiosłuchaczy sportowców prosimy o liczne wzięcie udziału w tej ankiecie. Najbardziej rzeczowe i uzasadnione odpowiedzi **wydrukujemy w naszym piśmie;** będą one honorowane przez redakcję.

Termin nadsyłania — najpóźniej 25 marca b. r.

Dla informacji podajemy obecnie obowiązujący program audycyj:

1) ogólnopolskie wiadomości sportowe nadawane są codziennie w dni powszednie o godz. 18—18.10, w niedzielę godz. 21—21.15, w święta wiadomości sportowe ogólne nadawane są w różnym czasie — obowiązuje tu prasowy biuletyn radiowy; 2) wiadomości sportowe lokalne (W. II) nadawane są z wyjątkiem niedziel i świąt — codziennie w godz. 15.10—15.15 lub 15.15—15.20; 3) pogadanki sportowe ogólnopolskie nadawane są raz na tydzień w poniedziałek, godz. 17.50—18, 4) poradnik sportowy ogólnopolski nadawany jest raz na tydzień w czwartek godz. 17.50—18; 5) ogólnopolski komunikat śniegowy (z Krakowa raz na tydzień w piątek, godz. 18); 6) pozostałe audycje sportowe, specjalne jak: transmisje, słuchowiska, wywiady itp. nie mają w programie stałych odcinków czasu (często poświęca się dla nich wiadomości ogólne). Terminy ich zapowiadane są w wiadomościach sportowych ogólnych, przeważnie w przeddzień imprezy, oraz w prasowym biuletynie radiowym.

NA WIGRACH ŻEGLUJĄ BOJERY...

Lśni w słońcu lustrzana tafla lodu. Rudawe, lutowe słońce rzuca z za niskich chmur blade, zimne, jakby spłoszone blaski na skutą kryształowym lodem powierzchnię jeziora. Gdzieś na dalekich, zarosłych lasem brzegach przeświecają łysiny śniegów. — Jezioro jest czyste. Ani pyłku.

Silny wiatr hula tutaj swobodnie. Z szumem wypada z huczących borów; błyskawicznym, poświstnym susem przesadza lód i ginie znowu w nadbrzeżnych zaroślach. Zdala dochodzi mocarny jego rozhowor.

Wiatr silny, zimny. — „A niech go djabli" — zaklnie, poprawiając futrzany kołnierz, wracający z kina czy dancingu mieszczuch...

— „O błogosławiony bądź, wietrze północny, — odwieczny towarzyszu żeglarzy, rzuconych na tafle wód latem, czy zimą" — mówi moja żeglarska gromadka.

— Jest taki dziwny zakątek w Polsce — Wigry. Opustoszałe do niedawna schronisko rozbrzmiewa dzisiaj gwarem licznych głosów, śmiechów, szerokich opowiadań, starych gramofonowych płyt.



Noc księżycowa na Wigrach.

Wieczorami sala jadalna dziwny przybiera wygląd. Sufit zdobią porozwieszane żagle, trochę wilgotne, niech się przeschną.

Związek Wojskowych Klubów Sportowych, coraz bardziej doceniający znaczenie żeglarstwa dla armii, zorganizował ten kurs jachtingu lodowego. Przeszkolenie żeglarskie otrzymać ma kilkudziesięciu podoficerów. Na kursie tym nie tylko uczy się żeglować na jachtach lodowych, czyli bojerach, ale również kładzie się nacisk, by kursanci zdobyte wiadomości potrafili wyzyskać w kierunku uprawiania bliskiego już żeglarstwa letniego.

Zjechali się więc podoficerowie z wszech stron, z krańców całej Rzeczypospolitej.

Różne rodzaje broni, stopni, funkcji. Tu pióro przy czapce, tu ostrogi, tam znowu siny mundur lotnika. Tu chorąży, tu kapral — wszystko teraz elewi żeglarscy.

Godzina 8 rano. Wszyscy przy bojerach. Pośpieszne stawianie żagli. Szkoda wszak wiatru.

— Grot staw! — i białe płótno ślizga się po maszcie, wywija w szeroki wachlarz.

— Dobrze proszę pana, a jak się nazywa lina, którą trzyma pan w ręku? — znienacka rzuci pytanie instruktor...

— Ten sznur, zaraz, zaraz, zapomniałem... aha szot...

— Gdzież do pioruna! — Przecież mówiłem, że to fał. I nie żaden sznur, a lina; na sznurach bieliznę się wiesza.

— Już teraz będę pamiętał — fał, szot to jest tamta przy bomie.

— No nareszcie!

— A jakim kursem odejdziemy z portu?

— Bejdewind! — pada odpowiedź.

— Dobrze — Gotowe? — Gotowe! —

— Bojery na lód!

Po trzech, a czasami czterech żeglarzy zimowych wciska się w wąskie ramy cocpitów. Sternik trochę rozpędza jacht. Popycha, wreszcie wskakuje i tyle ich widać.

Po czterech, trzech minutach gdzieś hen na horyzoncie zamajaczy biała plamka żagla. To właśnie jacht, który przed chwilą odszedł nam z przed nosa.

— Drugi bojer, trzeci...

Jeden za drugim poprostu wybryzgują. Lawirują pod wiatr, więc co chwila zwroty. Szybkość ogromna. To nie to, co latem na żaglowych łajbach. Tu 60, 80, 100, 120 km na godzinę wyciągnąć nietrudno. I właściwie tylko takimi szybkościami się chodzi, bo bojer, to rumak rasowy, albo wyrywa z wszystkich czterech, albo stoi.

Obłe, opływowe kształty rozbijają powietrze. Płozy w opętańczym biegu głucho dudnią.

Bojer w pędzie wydaje głuchy szum zupełnie jak samolot. Raz ciszej duu... duu..., to znowu rrr... rrr... mocniej na zwrotach.

Ostre płozy znaczą potrójny ślad na gładkiej szybie. Z pod sterów na zwrotach miliony lśniących w słońcu kryształków lodowych wytryskują.

Czasem, jak odwilż, to wody cal na lodzie i wtedy z pod płóz wykwitają jej strugi, które ostry wiatr ścina i chłoszcze po twarzach ubranych w kombinezony lotnicze żeglarzy.

A kiedy śniegu jest trochę na lodzie, to w pędzie wichrowym jacht tumany jego wznosi i nurza się w nich jak w obłokach. Jak białe widmo, zjawa, mknie ku przeznaczeniu.

W rasowym monotypie siedzi się jak w samolocie. Okulary na oczach, ręce na kole sterowym, nogi na pedale. Nad głową obłe drzewce bomu.

Zabronione jest zbliżanie się jachtów do siebie. Przy tak znacznej szybkości, zderzenie — to znaczy strata sprzętu i pewne złamanie paru nóg, głów, czy rąk. Zaś ryzykować życiem nie wolno.

Raz tylko się przecież rodzimy...

I inne niebezpieczeństwa na bojerowców czychają. Tam oparzelisko, co nigdy nie zamarza, łagodnym chwianiem sitowi zaprasza do kąpieli, tam znowu przerębel wycięta; znaczy ją wprawdzie gałąź jałowca, lecz w pędzie dostrzega się ją w ostatniej chwili.

Tam znowu gromadka dzieci szkolnych wraca do domu. Buzie porozdziawiane.

Uważaj, byś nie wpadł. — Okoliczni chłopi zlinczują bez dwóch zdań, dając upust swej nieufności i niechęci dla zamorskich wynalazków.

— Ot pomyśleć, zające tu tylko dawniej po lodach biegały, lub ślepie wilcze gdzie zaświeciły, a dziś taki czort idzie jak pociąg.

— Nu z wiatrem nie dziw, ale i pod wiatr idzie jeszcze prędzej. — Nie, tylko musi niedługo koniec świata — zwierza mi się jeden z wieśniaków.

Rozbiegły się jachty, lecz sygnał — i już słychać miły ich szum w pobliżu.

Instruktor uważa, by go który po przyjacielsku nie trącił. Zamiast sterem w lewo, merdnie ci taki rozgorączkowany żeglarz w prawo i gotowe piwo u Abrahama.

Padają komendy...

— Do łopotu! — Jest do łopotu...

Rozpędzony bojer zatacza łuk i staje zupełnie w linii wiatru, tracąc pęd. Żagle lekko łopocą, a cały kadłub drży, jak na chwilę w biegu zatrzymany rumak.

— Jak tam, wszystko w porządku? — Tak jest!

— Dobra! Odejść baksztagiem!

I posłuszny sternikowi jacht odchodzi znowu w dal. W tej chwili nadlatuje drugi.

— Do łopotu!

Sternik chcąc się popisać brawurą, zbyt nagle położył ster na burtę, i jacht z przewieszonym bezradnie na rufie sternikiem zatoczył ze zgrzytem dwa koła. Jak w oberku.

— Sakramenckie patałachy!

— Do luftu! Jeszcze raz!

Tym razem zbesztany sternik stanął spokojnie w żądanej pozycji.

Chodzący po lodzie kierownik wyszkolenia od czasu do czasu zbiera swe jachty i sprawdza, czy podoficerowie żeglują na wariata, jak w pierwszym dniu, czy też opanowanie przez nich jachtu postępuje w tempie pożądanym.

W nocy żegluga indywidualna jest zabroniona, ale w planie są ćwiczenia zespołowe.

Wielu kursantów ma zamiar budować bojery na własność. Nie trudno to zrobić, tymbardziej, że zastosować możemy posiadane żagle od łodzi. Sama żegluga zasadniczo też niewiele się różni. Jest łatwiejszą, a daje bodajże więcej emocji.

Podoficerowie wykazują ogromny zapał dla żeglarstwa. Nic dziwnego, poza nauką, mają tutaj idealne warunki do kompletnego wypoczynku nerwowego, do nabrania zdrowia, sił i zapału do ciężkiej pracy instruktorskiej. W rozmowach ze mną niejednokrotnie wyrażali swą wdzięczność Zarządowi Związku W. K. S. za zorganizowanie kursu i martwią się tylko, że trwa tak krótko.

Piękny jest to bowiem sport i naprawdę, aż dziw, że tak mało w Polsce znany.

Ale do rzeczy. Po całodziennej żegludze — takie przyjemne zmęczenie. Nogi wyciągnięte na łóżku. Twarze jeszcze rozognione, oczy błyszczące. Ogólne opowiadanie swych przygód, lub oddawanie się marzeniom na temat posiadania własnego jachtu, lub pozostawionych gdzieś w Warszawie, względnie gdzie indziej, cudnych oczu Wandy, Haliny, Ireny, czy Kryśki.

Stary gramofon, na którym podobno jeszcze Kameduli z Wigierskiego Konwiktu grywali, wyciąga do wtóru miłą i pełną treści melodię: „Tak smutno mi bez ciebie...”.

J. Horn-Rakowski.

JAN O. RZUTOWSKI. **4**

BILL PATRICK

Gdy wychodził z fabryki, pociągnął za rękaw kolegę swego i rówieśnika, Józka.

— Chodź ze mną!

Poprowadził go na szosę, po której zrzadka tylko przejeżdżał jakiś wóz ciężarowy. Wskazał odległy o paręset kroków słup przy skrzyżowaniu i powiedział:

— Pobiegnijmy tam, kto prędzej.

Józek wytrzeszczył oczy.

— A to po co? Małoś zmachany?

Antek skrzywił się:

— Niemądryś. Zresztą jak chcesz. Ja cię proszę.

— No, gdy ci tak chodzi...

— Bardzo chodzi — wyrzekł z powagą Antek.

Pobiegli, stukając ciężkimi butami po śliskim, ubitym gruncie, tu i ówdzie upstrzonym wystającymi kamieniami. Patyk rychło wyprzedził towarzysza. Ten niedobiegając do mety zatrzymał się

— Ee! to za męczące. Ledwo zipię...

Antek był Józefem rozczarowany. Nazajutrz pociągnął za sobą na szosę Gwoździka — tego właśnie, czyje słowa tak nań wówczas podziałały w kinie.

Gwoździk ciągnął co sił, ale Antek dał sobie z nim radę na finiszu dość łatwo. Gwoździk był speszony i zaproponował zaraz próbę powtórzyć, co natychmiast uczyniono. Tym razem został w tyle o dobre cztery metry. Patyk przy mecie skoczył jak to uczynił na filmie Amerykanin.

Był z siebie zadowolony. Kolega zaś nie umiał znaleźć słów dla wyrażenia zachwytu. Był o własnych walorach atletycznych wysokiego mniemania, więc Antek wydawał mu się wobec tego skończonym mistrzem.

Widząc, jakie wywołał wrażenie, Antek zapytał prosto z mostu:

— Dałbym radę Smithowi, co?

Gwoździk, trochę zaskoczony, zaczął się namyślać, mimo niecierpliwej natrętności Antkowego spojrzenia. Wreszcie powiedział, mierząc słowa:

— Zapewne, lepszyś od niego. Ale nie w tych buciskach i tych długich portkach. Bo on to biega w takich fajnych, specjalnych pantoflach, byś wiedział, i potem w ogóle inaczej ubrany.

— Ja wiem, przerwał Antek; kiedyś się tem zajmowałem. A trzewiki takie tom w oknie oglądał; drogie są, ale można samemu zrobić; no i spodeńki też.

— Jak se to wszystko przygotujesz i jak w tym się będziesz ćwiczył, to jużci, że za krótki czas tego nieroba byś mógł wziąć. Bo nogi masz lepsze. Tylko...

Gwoździk wtem spochmurniał; dokończył gniewnie:

— Tylko, że ty musisz zrywać nogi przy robocie, niby koń jaki, a on napewno rozjeżdża w samochodzie i po schodach się nie wdrapuje, bo ma windę...

Antek, zdawało się, tylko czekał na to oświadczenie, bo odparł natychmiast z przekonaniem.

— A ja właśnie dlatego chcę go pobić! zobaczysz, że pobiję, jakem zdrów!

Popatrzyli sobie uważnie w oczy.

(C. d. n.)

TYDZIEŃ PO TYGODNIU



Przewodniczący wydziałów spraw sędziowskich: PZPN-u — kpt. Kafliński i WOZPN-u — p. Pichelski, obserwują pierwsze mecze piłkarskie.



Z meczu Warszawianka—CWS 6 : 2. Bramkarz CWS-u, Tucholski, brawurowo likwiduje przebój lewoskrzydłowego Warszawianki Pirycha.

W Katowicach rozegrany został **treningowy mecz piłkarski** dwóch teamów polskich, zakończony zwycięstwem teamu A (przewidywana reprezentacja na Szwajcarię, bez graczy Ruchu) w stosunku 5 : 2 (3 : 1).

Bramki dla drużyny zwycięskiej strzelili Piontek (3) i Wostal (2), a dla teamu B Habowski.

Większość graczy wykazała zastraszający **brak formy i kondycji.** Na niezłym poziomie zagrali tylko **Piec I i Piontek** w ataku, **Nytz** i **Piec II** w pomocy oraz **obie pary obrońców,** przy czym para Michalski — Twórz nie ustępowała prawie reprezentacyjnej obronie Szczepaniak — Gałecki.

•

W Engelbergu odbyły się **narciarskie mistrzostwa świata w zjazdach,** w których udział wzięła ekipa czołowych zjazdowców polskich.

Polacy wykazali, w porównaniu z rokiem ubiegłym, **znaczny postęp,** ustępowali jednak wyraźnie czołowym zawodnikom środk.-europejskim.

Najlepszym zjazdowcem polskim okazał się „stary” **Bronek Czech,** który zajął w kombin. alpejskiej 20 m. (16. w slalomie i 20. w zjeździe).

Doskonale również spisał się **Lipowski** (23 w klas. ogólnej, — 18 w slalomie, 30 w zjeździe). Zając jechał nie równo, to samo da się powiedzieć i o Schindlerze.

Zjazd panów wygrał Francuz **Couttet,** a slalom Szwajcar **Romminger.** W ogólnej klasyfikacji mistrzostwo zdobył ponownie Francuz Allais, drugi w zjeździe i w slalomie.

Mistrzostwo pań wygrała pewnie **Christl Cranz,** 1. w slalomie, 2. w zjeździe za Niemką Resch. Mistrzyni Polski Austriaczka **Goedl,** zajęła w ogólnej klasyfikacji 10 m. na 23 startujące panie.

W Zakopanem zakończone zostały **narciarskie mistrzostwa Armii.**

W kombinacji alpejskiej I m. zdobył kapral **Mrowca** przed pchor. **Godlewskim.**

Mistrzostwo Armii w kombinacji łącznej (20 klm, zjazd, slalom) wygrał **kapr. Haratyk** przed **pchor. Łachem.**

•

Mistrzostwo Polski w boksie zdobyła już definitywnie drużyna Warty, bijąc Flotę 11 : 5. **Wice-mistrzostwo zdobył Ruch,** bijąc w Poznaniu HCP 9 : 7.

•

W Łodzi rozegrane zostały **II zimowe mistrzostwa pływackie Polski.**

Większość zawodników wykazała bardzo słabą **formę,** spowodowaną brakiem treningu.

Na wyróżnienie zasługują jedynie **Heidrich,** który ustanowił 3 nowe rekordy oraz młodziutki **Jędrysek,** zwycięzca 200 i 400 mtr st. dow.

Heidrich uzyskał na 100 mtr klas. 1:18,8 sek., na 200 mtr — 2:52,6, a na 500 mtr — 8:03,5 sek. 4-ty rekord mistrzostw ustanowiła **sztafeta pań EKS-u** czasem 6:06,2 sek. na 4×100 mtr st. dowolnym. Biegi pań stały pod znakiem rywalizacji „żabkarek” **Bollówny** i **Jarkulisz-Niedobieckiej,** które podzieliły się tytułami.



Stanisław Marusarz bierze rozbieg.

•

Mistrzostwa Polski w koszykówce pań, które odbyły się w Toruniu, zakończyły się **nowym sukcesem akademiczek warszawskich,** które w finale pokonały IKP z Łodzi 31 : 28 (21 : 14).

•

W bokserskim meczu eliminacyjnym w wadze lekkiej Kowalski pokonał wysoko na pkt. mistrza Europy Polusa.

•

Jędrzejowska pokonała na Rivierze doskonałą Angielkę Scriven 6 : 4, 6 : 3, rewanżując się za poniesioną niedawno porażkę.

•

W Paryżu odbyło się **losowanie piłkarskich mistrzostw świata,** które rozegrane zostaną we Francji (przedboje w różnych miastach, dalsze rozgrywki końcowe w Paryżu) w dniach od 4—19 czerwca.

W wyniku losowania **zwycięzca meczu Polska — Jugosławia,** walczyć będzie w pierwszej rundzie **z Brazylią,** a w drugiej przypuszczalnie ze zwycięzcą zawodów Czechosłowacja — Holandia.

•

Organizatorzy mistrzostw Polski w hokeju lodowym, które miały się zacząć we wtorek, 8 b. m., w Krynicy, odwołali zawody ze względu na odwilż.

CO robią inni?

Ameryka jest krajem wszelkiego rodzaju **ekstrawagancji. Policja** Stanów Zjednoczonych od długiego czasu poszukiwała osobnika, który uprawiał osobliwy sport. Uwziął się na **zapaśnicze maty,** które ostrzeliwał z głębi zaciemnionej widowni. Był on strzelcem małokalibrowym, a jako pociski wybrał sobie małe gwoździe, na których zapaśnicy boleśnie się ranili. Ostatecznie Sherlokom Holmesom nowojorskim udało się odkryć winowajcę, gdy z gumową katapultą w ręku i ustami wypełnionymi gwoździkami oddawał się z całym namaszczeniem oryginalnemu sportowi. Okazało się, że sprawcą był głuchoniemy.

Gdy znalazł się w obliczu sądu, dostojny stróż sprawiedliwości szykował się do wygłoszenia głębokiej reprymendy. Potok słów przerwał policjant, wskazując na ułomność obwinionego. Sędzia, pozbawiony okazji wygłoszenia swych złotych myśli, ze złością wypisał na kartce „6 miesięcy więzienia".

•

Jeden z dziennikarzy zagranicznych klasyfikuje następująco uczestników **turnieju hokejowego w Pradze:** najlepszy hokej pokazała — Kanada; najlepsze wyczyny indywidualne — Anglia; najlepszy wyczyn zespołowy — Czechosłowacja; najwięcej ducha bojowego — Niemcy; największe rozczarowanie — Szwajcaria; największą niespodziankę — Łotwa; najbardziej wyrównane wyczyny — Szwecja; najbardziej pechowa drużyna — Austria; najszczęśliwszy zespół — Niemcy; najmniej równa drużyna — Ameryka. O Polsce nie mówi ani słowa!

•

W angielskiej drużynie hokejowej było **dwu jednookich** graczy. Dailly stracił oko dzięki hokejowi, Stinchcombes przyszedł już na świat z tym felerem. Dailly i Stinchcombes grali w obronie (o ile nie wstawiano Wymana). Defensywa angielska miała więc w tym wypadku tylko jedną parę oczu.

•

Akcja przeciw **igrzyskom olimpijskim w Tokio** zyskuje na sile. Z okazji ogólno-brytyjskich igrzysk zebrali się w Sydney (Australia) delegaci brytyjskich związków sportowych wypowiadając się zdecydowanie **przeciw obesłaniu igrzysk,** które odbywały by się w kraju prowadzącym wojnę.

•

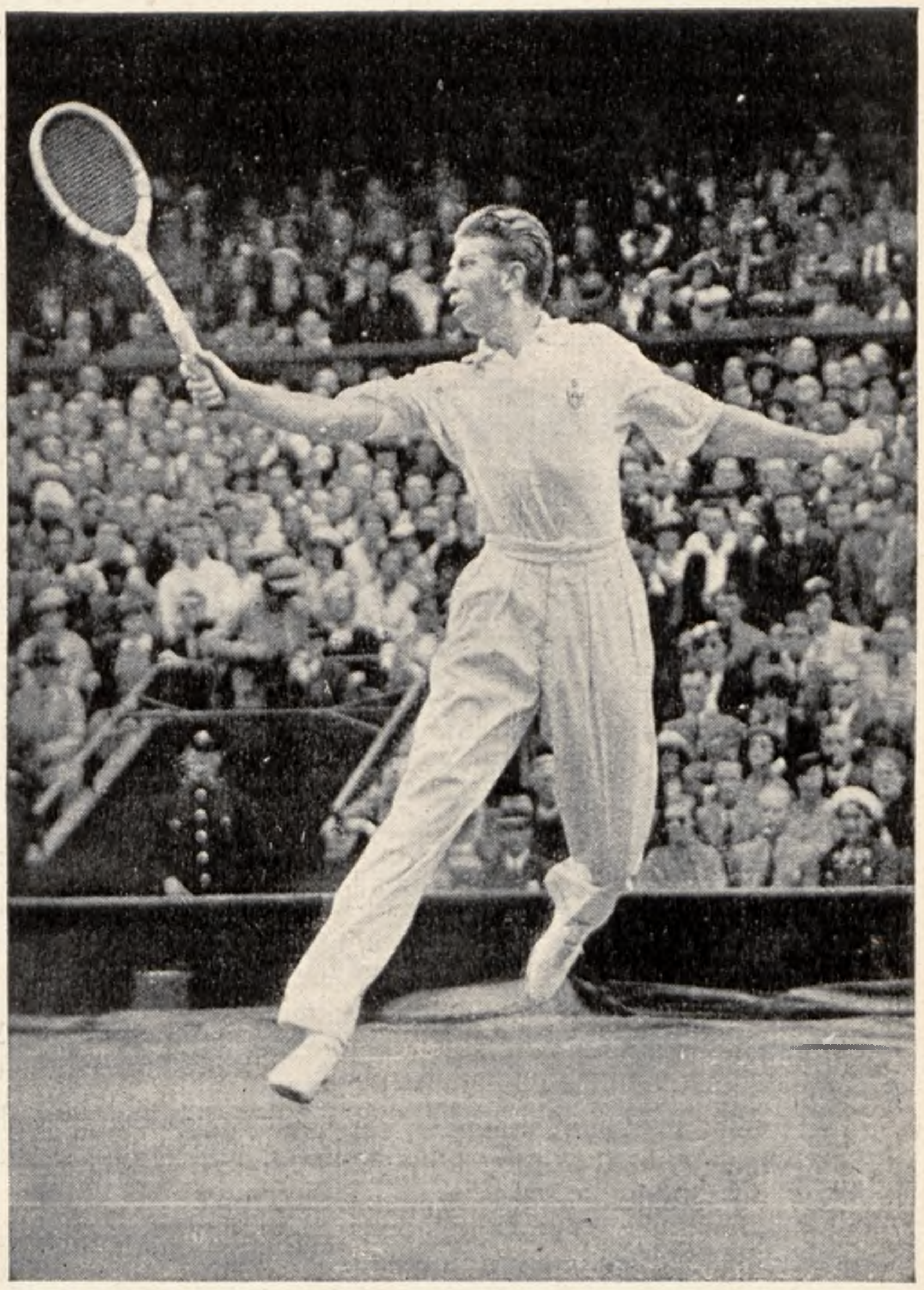
Austriacki Komitet Olimpijski zwrócił się z zapytaniem do prezydenta Międzynar. Kom. Ol., pod jakimi warunkami mogliby tenisiści uczestniczyć w Igrzyskach olimpijskich. Odpowiedź była prosta! Jak dawniej, tak i dziś jest **tenis objęty programem olimpijskim.** Tenisiści w swoim czasie sami wycofali się z igrzysk uważając, że rozgrywki o puchar Davisa są dla nich bardziej istotne i korzystne, a organizacja dwu światowych turniejów nie miałaby celu. Prezes Międzynar. Kom. Olimp. stwierdził, że tenisiści mogliby więc w każdej chwili wziąć udział w Igrzyskach, o ile naturalnie stosować się będą do paragrafu amatorskiego w stylizacji olimpijskiej.

•

Lider Ligi węgierskiej F.T.C. ma ciężkie kłopoty. Nie wiedzie mu się w nowym sezonie. Drużyna absolutnie nie może dojść do właściwego poziomu. Szuka się więc winnych, karze i zawiesza graczy, którzy podobno złym prowadzeniem się spowodowali obniżenie formy. Ostatnio rózga liktorska spadła na znanego Polgara, który topił swe codzienne troski i kłopoty zbyt intensywnie w smakowiym węgierskim winie. Polgar usprawiedliwiał się, że jest tylko graczem rezerwowym. Innego zdania był zarząd, który nakazał **mu meldować się codziennie o ósmej rano u trenera** i za karę przejść osobny trening. Zarząd FTC wyszedł z założenia, że Polgarowi odechce się włóczenia po nocach, gdy zmuszony będzie zrywać się o brzasku dnia z łoża. (Metodę zaleca się do naśladownictwa. Przyp. Red.).

•

Zwolennicy cyfr i statystyk obliczają, że **puchar Davisa** przebył dotychczas 80.000 km drogi morskiej i lądowej. Jak wiadomo puchar Davisa pozostaje w przechowaniu każdorazowego zwycięzcy i z tej okazji gościł już w trzech częściach świata: w Ameryce, Europie i Australii. Obecnie znajduje się w posiadaniu St. Zjednoczonych, które tak łatwo go nie oddadzą. Srebrna czara spoczywa na specjalnej podstawie, którą trzeba było już odnowić, gdyż nie starczyło miejsca na wpisanie wszystkich zwycięskich zespołów.



Donald Budge

Podziwiamy Amerykę! Podziwiamy masowość jej sportu i masowość... doskonałych wyników. Tajemnica wielkiej ilości zawodników klasy światowej tkwi nie tylko w metodach treningu, ale i we **wczesnym rozpoczęciu zaprawy.** Do czołowych skoczków Stanów Zjednoczonych należy niejaki p. Les Steers. Jest uczniakiem i liczy sobie 16 latek. Maksymalny wynik **1,96 wzwyż!** Rekord amerykańskich młodzików wynosił dotychczas zaledwie o centymetr mniej! Atleci klasy światowej uzyskują w wieku 16—19 lat wyniki, do jakich w Europie dochodzi się w najlepszym razie w pełni życiowej formy, a więc między 24 i 28 rokiem życia.

•

Przed wojną odbywał się mecz piłkarski w północnej części Berlina. W szeregach Berliner Sport Clubu znajdował się na środku pomocy piłkarz, który rzucał się w oczy swą bardzo ostrą grą, poza tym wyróżniał się tym, że **nawet w czasie meczu nie wyjmował z oka monokla.** Graczem tym, którego spotykano również na boiskach rugby, na bieżni i korcie tenisowym, był porucznik gwardyjskiego pułku artylerii pruskiej von Reichenau obecny generał i członek Międzynarodowego Kom. Olimpijskiego .

W piątej rundzie pucharowej Anglii **Aston Villa i Charleton** dwukrotnie nie rozstrzygnęli partii. Zaszła konieczność trzeciego spotkania na neutralnym boisku. Ponieważ partnerzy nie potrafili uzgodnić miejsca trzeciej walki, zdano się na los, stosując przy tym staroangielski system. Do walki stanęli dwaj dyrektorowie zainteresowanych klubów. Wydobyto z sakiewki monetę, którą rzucano 31 razy w górę. Charlton wybrał reszkę, Aston Villa orła. Rozpoczęła się emocjonująca walka. Po siedmiu rzutach prowadził Charlton 7 : 0. Następny cykl siódemkowy wypadł na korzyść Aston Villi i stan brzmiał 7 : 7. Napięcie wzrastało, sytuacje się zmieniały i ostatecznie doszło do 15 : 15. Ostatni rzut zatem decydował. Charlton był szczęśliwszy i wygrał, — ale tylko boisko, gdyż mecz... zakończył się zwycięstwem Aston Villi w stosunku 4:1.

•

Długoletni prezydent Międzynar. Federacji Łyżwiarskiej p. Ulrych Salchow rozsierdził się na dobre. Oświadczył w artykule prasowym, że celem młodych panien, uprawiających łyżwiarstwo, nie jest bynajmniej tytuł mistrzowski. Łyżwy są dla nich tylko **odskocznią do filmu i wielkich pieniężnych zarobków**. P. Salchow wierzy jednak, że moda się urwie, gwiazdy łyżwiarskie przestaną interesować managerów kinowo-rewiowych i... sport stanie się znów sportem.

ZE LWOWA.

Okręgowa Rada Sportowa we Lwowie, wybrana w składzie: przewodniczący p. płk. dypl. dr Polniaszek, sekretarz gen. mgr Zaleski, kierownicy referatów: dyr. Zagórski, Rzepka, inż. Kuchar, dr Majewski, red. Kobiak, p. Puchalska, z oficerów przydzielonych: kpt. Szopiński i por. Wiśniewski, odbyła w dniu 28.II. pierwsze posiedzenie, na którym zdecydowano, że ośrodkiem wodnym wyszkoleniowym będzie staw w Gródku Jagiellońskim, poza tym omówiono plan adaptacyj boisk i budowy nowych, w związku z przyznaniem Radzie około 200 tys. zł z Funduszu Pracy, w robociźnie i materiale technicznym, oraz zadecydowano zagospodarowanie Dniestru, celem udostępnienia go szerokim rzeszom turystów.

Dzięki zgodnej współpracy wszystkich klubów, związków okręgowych, organizacyj społecznych i popierania zamierzeń Rady przez pp. wojewodów lwowskiego, stanisławowskiego i tarnopolskiego, d-cy OK VI i kuratora Okr. Szkolnego, zamierzenia Rady mają wszelkie szanse powodzenia.

Zawody szermiercze o mistrzostwo VI i X Okręgu Związku WKS-ów, odbyły się w dniach od 24 do 27 lutego we Lwowie i w Przemyślu.

W niedzielę, 27 ub. m. zakończone zostały drużynowe zimowe mistrzostwa pływackie Okręgu lwowskiego, na krytej pływalni. W mistrzostwach wzięło udział 48 zawodników.

Finał drużynowych mistrzostw lekkoatletycznych Lwowa, o nagrodę przechodnią Kierownika Okr. Urzędu WF i PW między Pogonią a AZS-em odbędzie się w niedzielę 13 b. m. Pogoń wystąpi osłabiona nieobecnością Kucharskiego, który wyjechał do Grecji.

TRZECI KURS UNIFIKACYJNY DLA INSTRUKTORÓW P.Z.N.

W dniach 17—26 marca odbędzie się w Zakopanem trzeci i ostatni w tym roku kurs unifikacyjny dla nauczycieli narciarstwa. Wszyscy nauczyciele zawodowi i dyplomowani muszą ukończyć kurs unifikacyjny w bieżącym sezonie zimowym, o ile zatem nie przeszli jeszcze przeszkolenia unifikacyjnego, a z tego kursu nie skorzystają, grozi im utrata dyplomu.

WIELKI KONKURS „SPORTU POLSKIEGO".

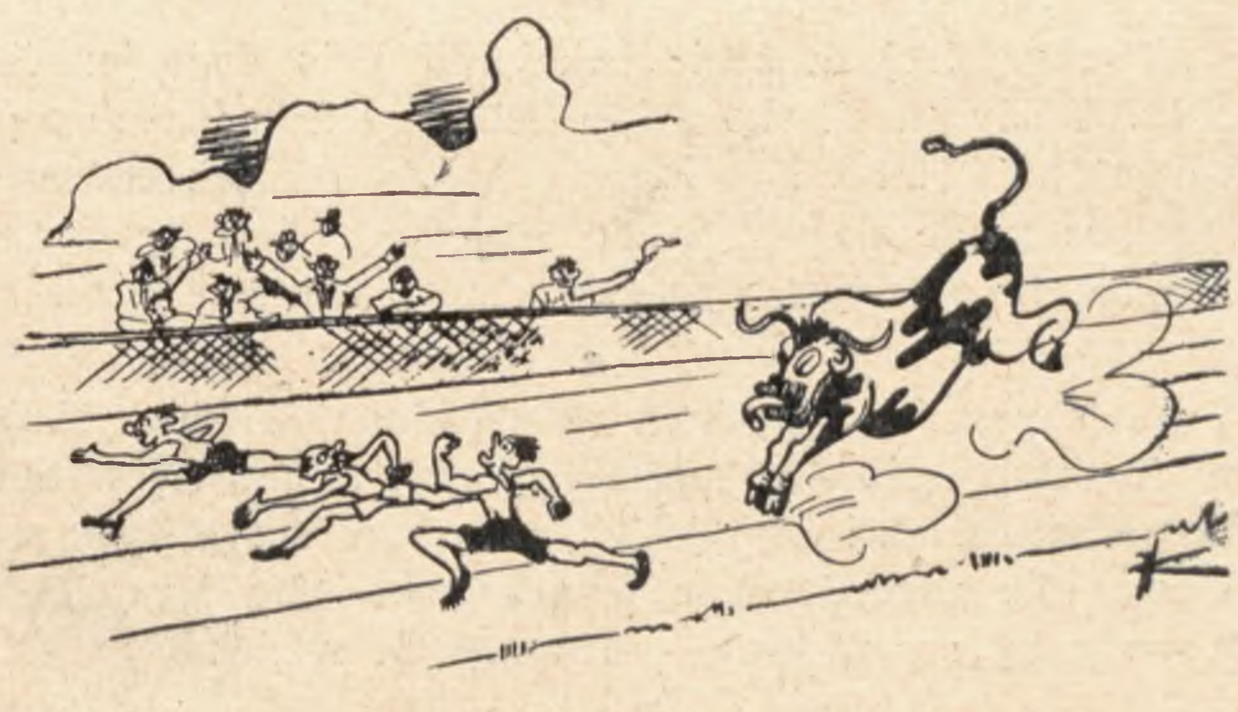
Komisja w składzie: insp. Foryś, jako przedstawiciel Zw. Polsk. Zw. Sport., ppłk. Ziętkiewicz, jako przedstawiciel PUWF i PW i red. Junosza-Dąbrowski, rozpatrzyła 27 nadesłanych na konkurs „Sportu Polskiego" prac i postanowiła przyznać pierwszą nagrodę pracy pod godłem „9—47—43", drugą pracy pod hasłem „Olek", trzecią pracy pod godłem „Gospodarz Sportowy".

Po otwarciu kopert okazało się iż **autorem pracy, której przyznano nagrodę pierwszą, jest mjr Władysław Sieńczak, szef wydziału wych. fiz. i sportu PUWF i PW, pracy wyróżnionej nagrodą drugą Aleksander Okuń, uczeń VIII klasy gimnazjum Wł. Giżyckiego w Warszawie, pracy wyróżnionej nagrodą trzecią p. Leon Radzikowski, kierownik klubu sportowego Fundacji Domu Akademickiego w Warszawie.** Laureat pierwszej nagrody mjr Sieńczak zrzekł się przysługującego mu z tego tytułu bezpłatnego pobytu w górach na rzecz niezamożnego akademika. Na skutek porozumienia z odpowiednimi czynnikami beneficientem został p. Wiktor Siwiński, student Politechniki Warszawskiej. Wszyscy trzej laureaci otrzymają dyplomy honorowe.

Zgodnie z zapowiedzią, projekt mjr Sieńczaka **wprowadzony będzie w życie przez Redakcję „Sportu Polskiego"** w porozumieniu z Z. P. Z. S. i PUWF i PW. Zostanie on ogłoszony, w formie regulaminu KONKURSU DLA KLUBÓW SPORTOWYCH, w następnym numerze naszego pisma.

Projekty pp. Okunia i Radzikowskiego zostaną podane do publicznej wiadomości w obszernym streszczeniu, aby mogły być ewentualnie wykorzystane przez nasze organizacje sportowe.

HUMOR



Byczy doping.

W NASTĘPNYM NUMERZE:

Redakcja, tel. 8-63-66 i Administracja, tel. 9-95-62, Warszawa, ul. Myśliwiecka 3

Oddział miejski Pl. J. Piłsudskiego 1 tel. 200-55.

Prenumerata roczna — 12 zł, dla klubów zrzeszonych w Zw. Pol. Zw. Sport. — 10 zł, kwartalna — 3 zł, miesięczna — 1 zł.
Pocztowe konto rozrachunkowe Nr 118 **Konto P. K. O. 13680**

Ogłoszenia: przed tekstem 1/1 300 zł, 1/2 150 zł, 1/4 80 zł, 1/8 50 zł. Za tekstem 1/1 250 zł. 1/2 130 zł, 1/4 75 zł, 1/8 40 zł.

Redaktor przyjmuje od 13 — 15.

REDAKTOR: WIKTOR JUNOSZA-DĄBROWSKI WYDAWCA: „KULTURA FIZYCZNA" sp. z ogr. odp.

Zakł. Graf. „NASZA DRUKARNIA", W-wa, Sienna 15, tel. 675-93